LING

TIDSHISTORISKA UNDERSÖKNINGAR

IV: 1

DEN SVENSKA GYMNASTIKENS HISTORISKA INNEBÖRD. EN KÄLLKRITISK UNDERSÖKNING

AV

C. A. WESTERBLAD

IV: 2

DEN SVENSKA GYMNASTIKENS HISTORISKA INNEBÖRD. EN KÄLLKRITISK UNDERSÖKNING
NÅGRA URKUNDER

AV

C. A. WESTERBLAD

LUND
C. W. K. GLEERUP

Edgar Cyriax

C. A. WESTERBLAD

L I N G

TIDSHISTORISKA UNDERSÖKNINGAR

L I N G

TIDSHISTORISKA UNDERSÖKNINGAR

DEL IV: 1

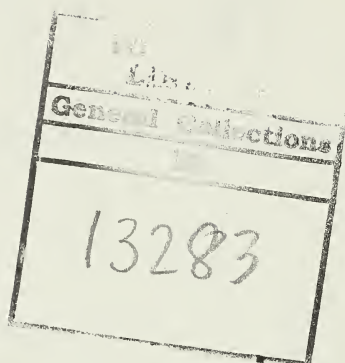
AV

C. A. WESTERBLAD

(Utgiven med statsunderstöd)



LUND
C. W. K. GLEERUP





MALMÖ 1946
NYA LITOGRAFEN
3421

INNEHÅLL.

Hänvisningarna till Saml. Arb. gälla P. H. Lings Samlade Arbeten, 1866. Guts Muths lärobok 1793, citeras efter omtrycket 1893.

RÄTTELSER.

Sid. 30, rad 8 nerifrån, läs *pedagogikens*
„ 55, „ 4 uppifrån, läs *rörelser i "maschineri"*
„ 62, mitten, står *1838*, läs *1853*
„ 71, rad 4 nerifrån, läs (*se följande avdelning, IV: 2, d. a.*)
„ 88, sista raden, läs *upptaget*
„ 120, rad 10, läs *Over-Legemet eenstidigt sættes i Bevægelse*
„ 141, „ 11 nerifrån, står *C. F. Kock*, läs *C. F. Koch*
„ 152, „ 15 uppifrån, står *att*, läs *at*
„ 161, mitten, står *Zander*, läs *Zanders*
„ 166, „ , står *J. P. af Lefrén* läs *J. P. Lefrén*
„ 174, notteckner hör till översta raden

VARFÖR DENNA FORTSÄTTNING?

För åtskilliga år sedan har jag, med vissa mellantider, tämligen utförligt framlagt resultaten av mina tidigare lingundersökningar (Ling. Tidshistoriska undersökningar, I—III, 1913—1921). Sedan dess har jag, särskilt under senare tid, påträffat nytt material i offentliga arkiv och i enskild ägo. Kännedomen om Ling kan fördjupas med ledning härav. Missuppfattningar kunna rättas. Detta är ett skäl till en ny del (IV. 1 och 2). Ett annat skäl är den kritik, som har riktats mot P. H. Lings gymnastik. Den utgår ofta från otillräckliga källor, och den avviker därför ofta från regeln, att man bör "veta vad man skall döma".

Den omfattande linglitteraturen visar sig inrymma många missuppfattningar.

Lings egna skrifter och handskrifter ge icke en fullständig bild av hans gymnastik. De måste kompletteras med lärjungarnas skriftliga kvarlåtenskap och andra dåtida källor, underkastade en källkritisk inventering. En tidshistorisk uppfattning och uppskattning av P. H. Lings gymnastik måste vidare anläggas; den måste sättas in bland tidens övriga gymnastiska strävanden. Så har hittills icke skett, och den negativa kritiken hotar att förskingra vårt lingska arv.

Med svensk gymnastik mena vi den av P. H. Ling grundlagda. Kritiken mot honom blir lätteligen, särskilt i främlingens ögon, en kritik av svensk gymnastik överhuvud, även i dess senare utveckling. När grundvalarnas bärkraft underkännes av en ytlig granskning, så bringas den okritiske att tro, att hela byggnaden vore fallfärdig. Jag har här, med min föregående framställning i minne och med stöd av nyvunnet material, sökt att ge en bild av P. H. Lings gymnastik sådan den

verkligen varit, icke som en destruktiv kritik eller bristande insikt skildrat den. — Den gymnastiska utvecklingen efter Ling med dess ganska ojämna kurva faller icke inom ramen för detta arbete; jag vill blott erinra om den stora betydelse som Hjalmar Ling, P. H. Lings son, har haft som fullföljare av faderns gymnastiska idéer. Icke heller hör en framställning av den lingska gymnastikens spridning utanför Sverige till detta arbete. Man skulle, må det tilläggas, önska, att denna växtkraft finge göra sig gällande i det återuppbyggnadsarbete, som stundar.

Skulle jag få göra till mitt ett uttalande av Ling, så vore det detta: att först upprödja ett fält är svårt. — Man har, dock icke på svenskt håll, förmenat, att jag i föregående arbeten överdrivit Lings betydelse, att jag tillagt honom mer än som tillkommer honom. Efter förnyade undersökningar finner jag snarast motsatsen vara fallet. Ling är mer än mången förstår en nationell tillgång, som förtjänar ett bättre öde än att reduceras till ett visst antikvariskt värde. Han har allt fortfarande åtskilligt att säga oss. Många lingska satser ha blivit axiomatiska; vi märka icke deras ursprung.

För att få en så trogen helhetsbild som möjligt måste många detaljer beaktas. Jag har därför ofta stannat vid enskildheter. — Det idésammanhang, som råder mellan de olika sidorna av Lings verksamhet, av vilka gymnastiken är en sida, gör, att man icke kan bortse från någon av dem. I en följande del vill jag söka att fullständiga kännedomen om Lings biografi och om hans litterära och mytologiska författarskap. En totalbild av honom ville jag således frammana efter förmåga.

För den, som icke känner Lings biografi, vill jag anföra några data. Ling, född 1776, var prästson från Ljunga socken i Småland. Han studerade vid Växjö läroverk, fortsatte studierna vid universiteten i Lund och Uppsala och vistades under 1790-talet på sistnämnda två orter och i Stockholm. År 1799 for han till Köpenhamn och stannade där till hösten 1804, då han återvände till Sverige, till Lund, vid vars akademi han 1805 blev fäktmästare, och han stannade på denna

plats till 1813, då han flyttade över till Stockholm och grundade det gymnastiska centralinstitutet. I huvudstaden och dess omgivning ute vid Annelund (vid Brunnsviken) tillbragte han sina följande levnadsår; 1839 är han dödsår. En bautasten utmärker hans grav vid Annelund, och i södra Ljunga är ock en minnessten rest.

Både till offentliga bibliotek och till enskilda personer står jag i tacksamhetsskuld för handskriftslån och boklån. Lunds universitetsbibliotek har under åratal stått mig till tjänst i rikligt mått, och ett värdefullt tillmötesgående har visats mig av Uppsala universitetsbibliotek, Riksarkivet, Kgl. Biblioteket, G. C. I:s bibliotek och arkiv, Krigsarkivet och Karolinska institutets bibliotek; så ock, genom handskriftslån, av enskilda: fröken Karin Ling, general G. Törngren, gymnastikdirektör Pehr Liedbeck. Min hustru är jag stor tack skyldig för arbetets maskinskrivning.

Lund, januari 1946.

Författaren.

KAP. I.

IDÉHISTORISKA FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR LINGS GYMNASTIK OCH NÅGOT OM IDÉLÄGET INOM DEN GYMNASTISKA RENÄSSANSEN FRÅN 1700 TALETS SLUT OCH 1800 TALETS BÖRJAN.

För att förstå den svenska gymnastikens historiska innebörd måste man bl. a. känna dess idéhistoriska sammanhang och det allmänna idéläge, vari den växte fram. Varken det ena eller det andra har hittills blivit undersökt. Lings gymnastik äger idéhistoriska förutsättningar, vilka jag skall beröra genom en kort återblick på 1700-talet. Hans gymnastik sammanhänger med den sociala idéutveckling, som begynner före hans tid och fortsätter i hans dagar och vidare framåt i tiden. Denna gymnastik inrymde också ett eget idéinnehåll, som under tidernas lopp råkat i glömska, ett idéinnehåll, som föranledde sådana humanismens målsmän som Erik Gustaf Geijer, Esaias Tegnér, Johan Olof Wallin m. fl. att stödja Lings gymnastiska sak i det offentliga. De gymnastiska idéerna återspeglade tidens viktigaste krav, stärkandet av det nationella vilje- och handlingslivet, som sattes på hårda prov, då vår självständighet hotades av utrikespolitiska faror.

Början av 1800-talet, då Ling framträdde, utmärktes av en stor livaktighet på uppfostrans område. Pedagogikens historia, däri inbegripen gymnastikens, från denna tid, ingår i väsentlig mån i de allmänna idéernas historia istället för att som senare utgöra en tablå över specifika åsikter, ofta utan den specifika vikten — ofta, icke alltid.

Vi pläga ej förbinda gymnastiken med idéernas historia. Gymnastikens idéinnehåll har också mer och mer tunnats ut.

I våra dagar fäster man sig mest vid dess metodiskt tekniska sida, men den äger från början flera andra sidor, sammanhängande med dess idéinnehåll.

En tankeriktning, som kännetecknar 1700-talet och det begynnande 1800-talet och som får stor betydelse för linggymnastikens utformning, är den allmänna uppfostrans princip, motsatt den traditionella, privata uppfostrans. Denna princip står i samband med den sociala omvälvning, som småningom förberetts och för vilken den franska revolutionen blev ett skakande uttryck. När nya släkten i samhället sköto fram, följde ökade krav på undervisningens tillgänglighet för de många. Förverkligandet av den allmänna uppfostran utökades och fullständigades i Sverige av Ling genom en gymnastik, som var lämpad för låg som hög. Allt ifrån början av sin verksamhet sökte han göra gymnastiken till en allmänt medborgerlig sak, och realiserandet av denna princip utgjorde ett mål också för hans lärjungar och efterföljare. Kraven på uppfostrans allmännelighet och på en stark medborgaranda övertog 1800-talet från föregående tid. I det av satir och kritik mättade tidevarv, som 1700-talet var, utsattes den då vanliga privata uppfostran för en skarp belysning, där dess avigsidor blottades.

Jag skall här erinra om en av de pedagogiska kulturbilder, som denna kritik har skänkt oss. I ett presidietal i Vitterhetsakademien, som hölls år 1767, har ett riksens råd greve Carl G. Löwenhielm behandlat "Ungdomens Upfostran i ett välbeständt Regemente". Han ger oss en uttrycksfull, vass teckning av den privata uppfostran.

"Gå vi til Scholarne, så finne vi där föga andra, än fattigas och medellösas Barn. Det är mer af fåfänga och en inbillad höghet, än af verkelig ömhet för sina barn, som den välmående och förnämare ej vil sända sin Son ibland allmänna hopens. Där, säger han, smittas den af grofva Seder, lärer skalk-stycken, får låga tankar om sig sjelf, när Bonde-pojken får gå lika nackhög med honom, köres bittida ut om mornarna i köld och slask, samt agas ej sällan

för smått lapperie. En Mentor skaffas derföre i huset at gjuta lärdom och seder i den unga Herren, och är det en sällsynt lycka om ej denne Mentor är sjelf et barn både i kunskap och seder; men om han ock är en skickelig Man, så möta honom hemma i huset så många hinder, at han hafver liksom bundna händer. Unge Herrn får ej störas i sin morgon-sömn och när han ändteligen hunnit vakna, skall en dräng kläda honom och i synnerhet krusa samt pudra hans toma hufvud; derpå går han at hälsa god morgon på Far och Mor, som då vil hafva den glädjen, at någon stund njuta sin ögnalust, at underrätta sig huru han sofvit, hvad han drömt, om Informatorn är god emot honom, med flere dylike saker. Mentorn sänder nu det ena budet efter det andra, at få til sig sin Telemaque, hvilken gör sin Mor några öma invändningar och får derigenom lof at slippa Scholan förmiddagen, med vilkor likväl, at vara snäll och flitig eftermiddagen; men då kommer främmande i gården och skal visst unge Herrn up at visa sig".

Man förvånas icke om författaren efter denna kritik framhåller önskvärdheten av att all Sveriges ungdom finge sin uppfostran vid "allmänna Läro-hus". — Påpekansvärd är bl. a. även den uppmärksamhet, som författaren ägnar kroppsövningarna i Grekland och Rom.

I vad mån Löwenhielms omdömen äro överdrivna eller icke, är det vanskligt att avgöra. "På detta sättet går det väl icke til i alla, dock i många hus; — —". Jämsides med betonandet av den allmänna uppfostrans vikt och värde fortgår under 1700-talet kritiken av läroverken. Anders Schönberg, rikshistoriografen, påtalar i ett "Utkast om det allmänna upfostringsverket" skolagans överdrifter och pennalismen. Författarens missnöje med ungdomens uppfostran tar sig uttryck också i önskan om "et sammandrag i Svensk öfversättning, af en del af Herr Rousseaus Satyriska målningar om vår tids upfostran". Hans centrala önskemål var tydligen främjandet av civismens, medborgarandans sak, av "de allmännaste Samhällsplikterna", och han ger litteraturanvisningar för "moraliska Catecheser" lämpliga för allmän spridning, således ock

för skolorna, på svenska. Sådana äro Marmontels Belisar [Belisaire], Locke's "grundeliga Bok, om Verldslig Regerings rätta Ursprung, Gränsor och Ändamål", "Utaf många vackra Svenska Skrifter, som vore altför vidlyftiga, at nyttjas i Scholorna, kunde utdrager göras til den Studerande ungdomens tjänst. Vår odödlige Herr von Dalins och flere berömliga Svänska Mäns Skrifter gifva nog ämne därtil".

Schönberg ger uttryck åt en tankegång, som går igen i O. Mallings Store och gode Handlinger. Under sin köpenhamnstid sysslade Ling med ett arbete i liknande riktning, och något längre fram uttalade akademiska konsistoriet i Lund önskemål om en lärobok, som behandlade märkliga mäns bedrifter; såvitt jag vet, utkom den aldrig.

Liksom Löwenhielm framhåller Schönberg "de i forntiden så allmänna ungdoms öfningar, som stärka lemmarna och härda kroppen".

Löwenhielms och Schönbergs uttalanden äro ungefär samtidiga från respektive åren 1767 och 1770. Kroppsövningarnas betydelse framhålles även av andra reformpedagoger och samhällstänkare såsom i P. Kölmarks "Tankar om Allmänna Upfostrans Verkan på Samhällen i Äldre och Nyare Tider, jemte Utkast til dess förbättring i Sverige" (1793), där författaren ej går närmare in på kroppsövningarna men likväl framhåller deras nytta: Kropps-öfningar, som vanligen hos oss bestå i dansa, fäckta, rida, voltigera, simma, m. m., gifva Ynglingar mycken kropps styrka, vighet och raskhet och äro således under hela ungdoms tiden nödvändiga.

Kölmark är en typisk representant för upplysningen. Man kommer att tänka på Kellgren och Ljusets fiender, när man läser hans skrifter, av vilka en har som motto ett citat ur den franska upplysningslitteraturen: Plus nous aurons de lumières, et plus nos pas serons sûrs dans le chemin de la vertue. Ju mer upplysning, ju mer bli våra steg säkra på dygdens väg. Förnuftet vinner icke seger "med magt eller våld, icke med blods-utgjutelse eller grymma straff, utan igenom en

allmännare tingens och sanningens kännedom, hvilken icke erhålles utan ren upplysning, och denna genom en allmän undervisning — —". Detta är tydligt 1700-tal och mer till. Likaså är det upplysningstid, när det med Helvétius heter, att "l'homme moral est tout éducation". Den moraliska människan är idel uppfostran och imitation. Denna beundran för upplysningstidens läror hindrar icke en klar nationell tendens hos Kölmark. En ändring inom undervisningssättet vid "scholor och gymnasier" måste ske. Latinherraväldet måste inskränkas. " — — alla Läroböcker vid scholor och gymnasier böra på modersmålet vara författade." Kölmark sammanfattar uppfostrans syfte som så: Barnen skola fostras "aldraföst i Fäderneslandets språk och häfder", vidare i "kännedom af en ren Gudsdyrkan, af sina Medborgerliga rättigheter och skyldigheter, hvad frihet och säkerhet de af Samhällets Lagar böra njuta, och deras förbindelser deremot, samt Rikets allmänna hushållning, — —". Detta är civism, medborgarkunskp, även i våra dagar upptagen i undervisningen. Nitet för modersmålet på skolstadiet pekar ock framåt mot våra dagar.

I det idésammanhang, som 1700-talets reformtankar bilda, ingick även en anpart göticism. Man borde vara svensk både till språk och uppfattning. Göticismen under 1700-talet är ett faktum, och det har analyserats och exemplifierats av A. Blanck. Här ett exempel från pedagogernas krets, vilket kanske icke observerats. I sina Tankar om Allmänna Upfostrans verkan på Samhällen bemöter Kölmark en utländsk författares nedsättande ord om den svenska nationen. Det främmande uttalandet förekommer i ett 1700-talsarbete med en lång titel Philosophisches Lexicon, o. s. v., författat av Johann Georg Walch, der Heil. Schrifft Doctor, und P. P. auf der Universität Jena. Där läsa vi följande, i arbetets zweyte Auflage, ur en artikel om Naturell der Völcker: "— — Die kalten Nord-Länder haben keinen sonderlichen Verstand und sind zu dem Studieren nicht geschickt. Es fehlt ihnen an der Munterkeit und Scharfsinnigkeit, dass wenn sie sich ja auf die Studien legen, so erlangen sie zwar durch viele Mühe in Ge-

dächtniss-Sachen eine Erkenntniss; zu Sachen aber, die ein Ingenium und Iudicium erfordern, sind sie nicht aufgelegt. Wir sehen dieses an Schweden und Dännemarck, — —. Ihre herrschende Passion scheinet nicht so wohl der Ehr-Geitz, oder die Wollust; als vielmehr der Geld-Geitz zu seyn, — —".

Kölmark opponerar mot Walchs karakteristik. Dennes uppgifter strida "emot all Historisk sanning och erfarenhet. Ifrån de gamla Vikingars tid, som ofta härjade både Englands och Frankrikes kuster, altid visade tapperhet och mod, altid föragtade faror och döden; ifrån Göthernas utvandringar och inkräktningar af Europas södra länder, Spanien och Italien, ända til de många krigstog och segrar, som Svenske Konungar i senare tider gjort i andra länder, til vår odödlige Gustaf Adolph, som frälste sjelfva Tyskland ifrån träldom och undergång, då de sjelfve icke kunde rädda sig, til Konung Carl den Tolfte som afsatt och tilsatt Konungar, som ägde et mod och en ståndaktighet öfver alla faror och äfven alla lyckans nycker och skiften". — De framstående personligheter, som vår historia uppvisar med namn som exempelvis Oxenstierna, Horn, Torstenson och Wrangel utgöra "et oumkullstötligt bevis, at Förstånd och Tapperhet, at själs och kropps krafter väl trifvas i nordiska klimater, fastän vinterkölden där är större än i de södra". "Drottning Christinas snille och lärdom har länge varit känd och beundrad öfver hela Europa, och de Svenska lärdas skrifter äro på flera utländska språk öfversatte och med nytta för sakerne och aktning för författarne i flera vettenskaper läsne".

Det ligger en götisk klang i dessa rader. Den genljuder bl. a. hos Ling, vilken även som uppfostrare drevs av ett götiskt nit.

Den allmänna uppfostrans idé förverkligades naturligtvis först efter strid. Bland stridsmännen skall jag här dröja något vid en, nämligen norrköpingsrektorn Gustaf Abraham Silfverstolpe. 1802 inlämnade han en granskning av "undervisningsverket" till kanslersgillet, en inlaga, "hwarpå under dåwarande conjunctur ej afseende gjordes" såsom han själv för-

klarat. En ny sakernas ställning inträdde med 1809 års grundlag, och vid riksdagen d. å. avlämnade Silfverstolpe ett memorial vari det står: ”Den allmänna upfostran är medlet, hwarigenom Grundlagens anda sprider sig til alla delar av Statskroppen, medlet hwarigenom Statens fortskridande til en högre frihet befordras, genom Medborgares uphöjande til en högre duglighet”. De dåvarande uppfostringsanstalterna voro ”icke allenast ej passande efter den Grundlag wi nu antagit”. Nu fordra ”alla folk-classer i Staten, at deras barn måtte äga tilfälle til en undervisning, — åtmindstone sådan, at en slags kunskaps- och förståndsodling ligger til grund för hwars och ens tilkomande wandel”. Som speciella skäl för den allmänna uppfostran mot en uppfostran genom ”enskild informator i egna hus eller så kallade pensioner”, framhåller han, att på så vis fostrade barn, ”om de förwärfwat bättre kunskaper dock saknat den owärderliga bildning, som winnes derigenom, at barn upfostra hwarandra, deras egen inre frihet har tidigt blifwit qwäfd, de hafwa lärt at härma äldre menniskor i fel som dygder” och han påtalar i detta sammanhang det förhållandet, ”att en allmän sinneswekhet, den moraliska förenad med den physiska, har mer och mer ibland oss blifwit allmän” — en kritik, som är götisk och lingsk.

På 1700-talsvis talar Silfverstolpe om upplysningens fackla, som sprider sanning, rättvisa och dygd. Han var emellertid ingalunda någon samhällsomstörtare i stil med franska upplysningsmän, även om han talade om den allmänna broderligheten. ”Det är tidens anda”, skriver han, ”att skaka grundpelarne för Staternas byggnad”, och ett medel däremot är upplysningen.

Medborgaranda, allmänanda, denna 1700-talsidé, har Silfverstolpe upptagit, och den stegras hos honom till varm patriotism. Så heter det: ”Gifvom åt samfunds-föreningen all sin kraft: uplifvom dess grundpelare, denna ädla anda, som höjer själen till laglydnad, till oegennytta, till det högsta sträfvande efter dygd, som för den menskliga inskränktheten är möjligt. Oss, Nationens lärare, åligger den pligt, att i det vi ge-

nom kundskapernas ljus reda och utvidga det allmänna förståndet, från den första stund ett barn föres till sjelfverksamhet inlägga i dess känsla kärlek till det samhälle, hvars skydd det njuter, till de lagar, som stadga dess säkerhet, de grundsattser, som äro föremål för dess tro och dess öfvertygelse, de medborgare med hvilka det njuter lika rätt, sjelfva den fosterjord, i hvars bördiga sköte dess första arbete nedlägges, som tacksam frambringar dess föda, och hvars naturliga skönheter först bildat dess känsla för förädlade njutningar. Der en sådan patriotisk anda hos allmänheten råder, der är nationen oöfvervinnerlig, der äro sederna rena — —, der stödes lagstiftningen af national-caracteren, der finnes dygd, der finnes laglydnad och frihet: — —. Den allmänna upfostran verkar på mångfaldiga sätt til bildande af en sådan national-caracter".

Uttrycket nationalkaraktär var ett av tidens omhuldade uttryck. Silfverstolpe talar ock om en national-physionomi, och han reagerar mot att "till en stor del den Göthiska national-physionomien försvunnit", och han beklagar införandet av främmande seder, en götisk synpunkt. Förfädernas dygder sväva för hans fantasi på götiskt manér.

Silfverstolpes ganska abstrakt resonerande stil får ibland en ton, som är sprungen ur den ödesmättade tid, som 1800-talets början var för vårt land. Han talar om "en nation, som kan strida för sin Gud, sin Konung och sitt Fädernesland — och som skall segra", och han värderar till fullo "vår lycksaliga lott att vara medlemmar av ett folk, der sedernas enfald längre bibehållit sig än hos andra nationer: som af ett sundt men hårdt klimat blifvit bildadt till styrka och härdighet: som af nöden trugadt till arbetsamhet, deraf lärt känna sina krafters värde: som under en långvarig njutning af ostörd äganderätt lärt att älska frihet, — som ännu gör anspråk att vara sin egen lagstiftare".

Orden om friheten och sin egen lagstiftare, äro som sagda i våra dagar. Så fortsätter Silfverstolpe i en anda, som erinrar om Tegnérs Svea: "Men hvadan kommer vår klagan att dessa nationaldygder numera äro mindre allmänna än fordom!

hvadan egennyttan, uttryckt genom en allmänt rådande afund? hvadan misstroendet mellan medborgare, hvadan den inrotade vanan att misstyda allt vad de magtägande påbjuda, hvadan trögheten att lyda lag och begäret att undandraga sig dess uppfyllande?" En av huvudorsakerna är, menar Silfverstolpe, "saknaden af en rigtigt inrättad allmän upfostran".

Till en sådan hörde ock omvårdnaden av kroppskrafterna. "I den mån de moraliske krafterne rigtas till högre ändamål, i samma mån behöfva de physiska en större färdighet". I inlagan till kanslersgillet 1802 uttalar sig Silfverstolpe om vikten av gymnastiska övningar i skolorna.

Silfverstolpe är en förnämlig målsman för den 1700-talstanke, som civismen, medborgarandan utgjorde, och man skulle önska, att hans medborgarideal icke behövde vara en utopi. Det är ett ideal sådant Tegnér skildrar det i sin Svea:

Se, upp till statens nya tempel tåga
ej skilda flockar, men ett brödrafolk.
Det ligger aska öfver afunds låga,
och tvedrägt faller för sin egen dolk.
Ren som en stjerna blickar religionen,
och lag och frihet hålla vakt kring thronen.

Främmande inslag höra ju till vår 1700-talsodling liksom till andra tidevarvs. Att utreda 1700-talets pedagogiska idéer i deras samband med europeiska tidsriktningar ingår icke i planen för mitt arbete. Ämnet behandlas i Nils G. Ohlsons Det pedagogiska problemet i Sverige under frihetstiden och gustavianska tiden (till omkring år 1805), där också "offentlig och enskild uppfostran" behandlas.[1] Här blott några antydningar om Frankrikes betydelse för våra reformpedagoger, med ledning av Paul Natorps uppsats i Monats-hefte der Comenius-Gesellschaft. En del av den franska upplysnings- och revolutionstidens pedagogiska program är i hög grad modern. Man tror

[1] Min framställning var skriven, innan jag fick tillfälle att studera detta arbete.

sig läsa ett kommittéuttalande från våra dagar, icke en för 150 år sedan framförd åsikt, då man finner, att *en* punkt i nämnda program var, att samma bildningsmöjligheter skulle stå öppna för alla utan hänsyn till stånd och förmögenhet blott i förhållande till begåvning, och Condorcet yrkade på en kostnadsfri undervisning i så måtto, att begåvade men obemedlade lärjungar skulle såsom "élèves de la patrie" underhållas i för dem avsedda men ock för andra tillgängliga anstalter för att kunna genomgå de högre undervisningsgraderna.

Den allmänna uppfostran var en av det franska 1700-talets principer liksom fallet var med den allmänna värnplikten. Undervisningen skulle på lågstadiet vara gemensam och lika för båda könen.

Det bör kanske ock nämnas, att den "national uppfostran" [1] varom man talade och skrev, fanns till namn och begrepp redan hos Pestalozzi före den franska revolutionen. I Tyskland fick den ett mäktigt uttryck i Fichtes Reden an die deutsche Nation.

I den idéernas vävnad, som upplysningstiden framvisar, bilda pedagogik och civism-patriotism kraftiga inslag, såsom vi se. Detta samband mellan pedagogik och patriotism upphör icke med upplysningstiden. Det lever kvar efter denna, och en svensk fäktmästare blir ett typiskt uttryck därför.

Jag tror mig ha antytt de idériktningar under 1700-talet och närmast därefter, som blevo av betydelse för den följande tidens gymnastiska intresse — även med förbigående, av utrymmesskäl, av andra märkesmän än de nämnda, t. ex. Fischerström och hans ofta citerade Tal vid presidiets nedläggande i kgl vetenskapsakademien, 1794. Om det gymnastiska intresset vid 1700-talets slut upplyser oss Albert Wiberg i sin innehållsrika uppsats Gymnastiksträvandena i 1790-talets Sverige. Författaren tar här ordet gymnastik "i den betydelse det i samtiden hade", icke i "den moderna betydelsen", d. v. s. icke i betydelse av ett delvis nytt övningsförråd, tillämpat enligt en viss metodik. Gymnastik i modern mening krävde en särskilt utbildad

[1] Nationaluppfostran har betydelse av allmän uppfostran liksom nationalbeväring betyder en på allmän värnplikt grundad organisation.

lärare eljest finge man, heter det i en dåtida skrift, "stadna vid våra förfäders kappränning, bollkastning och trissa".

Jämte nationalkaraktär är nationaluppfostran ett omtyckt ord under övergångsperioden 1700—1800. En utpräglad målsman för nationaluppfostran är en författare från andra sidan Sundet, dansken L. Engelstoft, som förtjänar ett omnämnande även inom svensk uppfostringshistoria, genom det inflytande han haft hos oss. Han utgav år 1802, under intryck av slaget på redden, en skrift med titel Om den Indflydelse, Opdragelsen, især den offentlige kan have paa at indplante Kiærlighed til Fædrelandet. Et statspædagogisk Forsøg —. Denna avhandling utvidgades av Engelstoft till de år 1808 utgivna Tanker om Nationalopdragelsen betragtet som det virksomste Middel til at fremme Almenaand og Fædrelandskiærlighed.

Engelstofts avhandling har uppskattats och använts som ett värdefullt inlägg av den förnämlige svenske pedagogen C. U. Broocman i hans märkliga tal Om Uppfostran till Patriotism, som hölls 1810. Även hos andra svenskar möter man tankar, som Engelstoft uttalat. Så hos Ling.

Till Engelstoft och Broocman återkommer jag i en följande del av mitt arbete. En redogörelse för deras tankar passar bäst i samband med en allmän karakteristik av Ling; icke blott genom gymnastiken äga de beröringspunkter med honom. I stället övergår jag till de idésynpunkter som äro betecknande för Ling och andra med honom samtida gymnaster, m. a. o. till idéläget inom den gymnastiska renässans, som började under 1700-talet och fortsatte därefter.

Med ett nutida uttryck kan man säga, att de idéer vi lärt känna, varit inriktade på skolan och samhället. De rörde sig kring 1700-talets medborgerlighetstanke. Det allmänna bästa var vad man ville främja. Gymnastiken, som också hade en plats bland de bärande tidstankarna, borde få en allmännelig karaktär, den borde bli tillgänglig för låg som hög. Den kunde därför icke röra sig i samma former som de gamla ridderliga övningarna, dit ridning, dans, fäktning, voltige hörde. En modern gymnastik med dess särskilda övningar framträdde, i

skiftande former. Gymnastiken fick sina egna målsmän. De stodo alla under idéernas banér, åtminstone alla av betydenhet. På denna tid hade det *tekniskt* gymnastiska icke samma förhärskande betydelse som nu. *Det kan vara värt att ta del av de bärande tankarna hos den tidens gymnaster, d. v. s. av den gymnastiska renässansens allmänna idéläge.* Naturligt nog fäster jag mig särskilt vid vår landsman Ling, dock med en del sidoblickar på andra dåtida gymnasiarker.

Ling har aldrig framlagt sina allmänna idéer i deras sammanhang. Man får leta sig till dem, men det är mödan värt. Jag skall här söka återge de viktigaste. De bilda tillsamman ett genomtänkt system. Lings verksamhet är endast till synes heterogen. Hans perspektiv över gymnastiken innebar, att han uppfattade denna såsom en kraftkälla för det individuella och nationella vilje- och handlingslivet, och därigenom vann han anhängare för sin sak på så förnämligt håll som hos Tegnér, Geijer, Agardh, Wallin m. fl. Möjligen ha Fichtes tankar om kroppsövningarnas nationella vikt varit av betydelse i detta fall. Kroppsövningarna uppskattades även av andra tyska klassiker — Lessing, Schiller, Goethe o. a., om också, Fichte undantagen, icke särskilt ur nationell synpunkt.

Insatt inom ramen av en allmän, medborgerlig uppfostran, fick gymnastiken för Ling även speciella uppgifter. Den borde främja försvaret; den borde bli till gagn för den bildande konsten; den kunde ock ingå i läkekonsten. Allt från början av sin verksamhet insåg Ling, att det fanns ett samband mellan försvarskraft och den kraft, som gymnastiken kunde utveckla. Gymnastiken kunde bli till nytta för soldatens individuella utbildning, för hans självständiga handlingsförmåga. Den tankegången var kättersk i paradexercisens och maskinarméernas dagar. För många var det en besvärlig nyhet, när Ling i armén sökte införa icke blott allmän gymnastik, utan ock militär gymnastik, d. v. s. enligt hans terminologi fäktning med handvapen såsom bajonett. Hans ansträngningar buro dess bättre frukt. Lings verksamhet för vårt för-

svar har varit så gott som förbisedd, men den förtjänar att ihågkommas. Han ville även få till stånd ett slags värntjänst för ungdomen före värnpliktsåldern. Hans uppfattning av försvaret bestämdes av den allmänna värnpliktens idé, en nyhet i de dagarna.

Också bland andra dåtida målsmän för gymnastiken finner man gymnastik och militär utbildning i förbund, men ingen har skapat så genomgripande förutsättningar för tankens förverkligande som Ling, och han medhann att utföra tanken genom sina reglementen för gymnastik och fäktning och genom den undervisning, som han meddelade åt ett stort antal befälspersoner. Vad sambandet mellan gymnastik och konst angår, kan man finna en och annan antydan därom i dåtida gymnastisk litteratur, men genom Ling förverkligades detta. Ett exempel! Bland P. H. Lings personliga lärjungar var det en, som kanske förefaller utsocknes på det gymnastiska institutet, nämligen den unge konstnären Carl Wahlbom. Utan honom skulle emellertid vår äldsta gymnastik ej ha varit sig själv. För Wahlbom blev både gymnastiken och konsten — till en tid — livsuppgifter. På gymnastiksalen studerar han under Lings och L. G. Brantings ledning musklernas spel i olika ställningar; på anatomisalen utför han dissektioner. Gymnastik och konst ha här gått hand i hand och i Wahlboms produktion avsatt förnämliga resultat. Ifråga om gymnastiken såsom hjälpmedel åt läkekonsten är att märka, att vi i den tidens gymnastik sakna dess medicinska användning — med ett märkligt undantag, nämligen hos vår Ling. Hos andra finner man blott hänvisningar till en eller annan läkares uttalande; genom Ling skapas förutsättningarna för en självständig sjukgymnastisk behandling, naturligen behäftad med ofullkomligheter i vår tids ögon, men betydelsefull för eftervärlden.

Den antika kulturen var förankrad inom dåtiden, och Winckelmanns antikentusiasm går igen på gymnastiskt håll. Guths Muts både pedagogiskt och kulturellt sett beaktansvärda arbete Gymnastik für die Jugend (1793, 1804) visar en hög uppskattning av antiken, då han utropar: ”O, es ist endlich

einmal Zeit, die Griechen im Nachahmungswürdigen nachzuahmen, und nicht bloss und immer noch allein in ihren Wörtern zu kramen, —". Han kunde stödja sig på ett uttalande av greken Galenus från tvåhundratalet e. Kr. Denne berättar, att man i hans hemland såg många levande gestalter, som motsvarade Polyklets "kanon", d. ä. "rättesnöre", en kroppsligt fulländad gestalt, framställd i hans staty "spjutbäraren". Idealet hade här i Grekland en motsvarighet i verkligheten.

Ling är ock en beundrare av antiken, och Laokoongruppen figurerar i hans gymnastiska handskrifter. Hans antikbeundran föder hos honom den tankegång, som han fragmentariskt utvecklar i sin estetiska gymnastik och som tydligast framträder i det nyss påpekade samband mellan gymnastik och konst, som han vill åstadkomma. Man har icke tillräckligt uppskattat denna hans strävan. Man har för mycket fäst sig vid hans iver att begränsa det konstnärliga motivvalet till fornnordiska ämnen. Därmed är icke det bärande i hans tankegång uppfattat. Det utgjordes av hans önskan om ett nytt plastiskt anatomiskt studium, som gymnastiken skulle främja. Det är min uppfattning — som jag i annat sammanhang givit uttryck åt —, att Lings antikuppskattning varit av gymnastisk betydelse genom den finkänsla för plastisk måttfullhet och eurytmisk växling, som studiet av antikens konst har utvecklat hos honom och som tager sig uttryck i hans gymnastik, då denna tillämpas i anda och sanning. Nämnda egenskaper hos svensk gymnastik kunna framkalla ett gillande även av motståndare. Att Lings konstintresse varit utvecklat, förstå vi bl. a. av hans besök på konstnärernas ateljéer, omtalade av hans dotter. Bevisligt är ock det inflytande han ägde på en del dåtida konstnärer.

Hos Ling sammanstråla många idéer. Man kan icke frånkänna honom ensidighet i litterärt avseende, men icke heller mångsidighet i andra avseenden. I nationellt syfte rör han sig inom så många områden, att han blir olik andra märkesmän i vår odlingshistoria. Gymnastiken var en sida av hans verksamhet. Hans litterära och mytologiska författarskap var en annan. Han ville påverka det nationella vilje- och handlings-

livet både genom gymnastik, genom en nynordisk konst och litteratur. Genom sin diktning i nordisk anda ville han framställa bilder ur Nordens saga och sång och ur svensk historia. Han ville sprida kunskap om vårt arv och eget i olika hänseenden. Med det antika idealet förband sig hos Ling det götiska, även dess krav på enkla seder och nit för allmänt väl.

Av med Ling samtida utländska idébärare och gymnaster tänker man vid en jämförelse kanske närmast på Friedrich Ludwig Jahn. Hos Jahn och icke blott hos honom gå 1700-talstankar igen: så den allmänna uppfostran (Volkserziehung) med kroppsövningar jämte kännedom om det egna landets historia och språk; bl. a. önskade han en bok om fosterländska hjältebragder (Deutsches Enherion) m. m. En liknande tankegång återfinnes, som nämnt, hos Ling. Han sysslade i Köpenhamn med ett arbete i stil med Mallings Gode och store Handlinger. Det finns flera beröringspunkter: båda betona det nationella i överensstämmelse med den romantikens tid, vari de leva, båda sågo i gymnastiken — Jahns Turnen — ett uppfostringsmedel, båda verkade i fosterländsk anda, även genom litterära skrifter, ehuru i skilda riktningar. Det finns också bestämda olikheter. Ling står närmare romantiken, än fallet är med Jahn.

Lings nationella patos kunde stegras till en stor höjd, och överdrifterna ha allt för mycket betonats. Hans fosterländska sinnelag är värt ett bättre öde än att framställas i förvriden form. I verkligheten förefalla överdrifterna att ha varit muntliga och tillfälliga — Ling skakades såsom av en storm, då han kom in på vissa ämnen, enligt Atterbom. I tryck, i Eddornas Sinnesbildslära, formulerade han sin uppfattning om fosterlandet som så: ”Med all tillständig rättvisa mot andra länder och deras bildning måste han [nordbon] lära sig att vara detta [nämligen nordbo] om han vill vara något i verkligheten och i andra folkslags omdöme”. Jahn uttalade sig ock om sin nation och andra nationer, men på annat sätt.

Jahn uppställer frågan var, hos vilket folk, väsensarten (Volksthum) står högst och sidoställer därvid grekerna från fordom och tyskarna; han kallar båda ”der Menschheit heilige

Völker". Jämför man Ling och Jahn uti ifrågavarande avseende, så framstår den förre som en nationalmedvetandets målsman, den senare som den extrema nationalismens. För att vara fullt rättvis bör man påpeka Jahns svar på en annan fråga: Welche Völker sind notreif geworden? stehengeblieben? verschroben? und nie völlig erwachsen? Nur solche, die jedes anders, und menschheitlicher gebildete Volksthum vernichtungswüthig anfeinden, zerstören, oder umgiessen und einschmelzen wollten, und wollen! Man kommer dock icke ifrån, att för Jahn har fosterlandet och dess folk en betydelse, starkt erinrande om den, som Fichte tillagt det i en stund av nationellt högmod.

Man kan finna vältaliga uttryck för Lings humanism, även då han rör sig på det gymnastiska området. T. ex. "Sann helsa ger lugn, lugn är frid, och frid med mitt eget väsende gör frid med andra". I sin ålders höst yttrade Ling en gång om sig själv, att han "endast sökt burskap i det andligas Fristat". Man tycker sig höra ord från någon av de stora humanisterna, och det förekommer i Lings diktning andra omedelbara uttryck för ljus- och frihetslängtan, för ringaktning inför jordens flärd.

I kravet på harmonisk utveckling röra sig både Ling och Jahn på samma linje som Pestalozzi. Hos honom spelar utbildningen till sann, harmonisk mänsklighet en viktig roll. "Målet för sambildningen (Gemeinbildung) av alla våra förmögenheter är förädling och tillfredsställande av vår natur genom *harmoni* i utbildningen av vår naturs samtliga krafter i tro, i kärlek, i sanning och rätt, i arbete och konst; eller det är det mänskliga självt, d. v. s. upphöjandet av vår natur ur själviskheten i vår djuriska tillvaro —". Om människans förädling, respektive brist på förädling, har också Ling ett och annat beaktansvärt att säga. Gymnastiken kan bidraga till den etiska harmonin, men, säger han, fullkomlig blir icke den harmoni, som gymnastiken åstadkommer — en klok begränsning. "Den blir det lika så litet, som något annat på jorden kan bliva fullkomligt".

Den sociala synpunkt, som är så utmärkande för Pestalozzi, är icke lika betonad hos Ling, men den finns hos honom och har fått ett uttryck i hans vackra ord om en gymnastikinrättning efter sanna grunder: "I faran måste ung och gammal, hög och låg sluta sig tillhopa, men om de till dess alltid förblivit åtskilde, måste denna amalgamering misslyckas. Inför *Altaret* sammansmälta wi andligen med hwarandra, i jordisk måtto kan detta endast ske wid *folksfesten*[1]. Och hwar kan detta, i wår tid fullständigare beredas, än wid en Gymnastik-inrättning efter sanna grunder? Der förswinner allt yttre: ung och gammal, stark och svag, hög och låg, alla äro jemngoda. Icke den egoistiska täflingen, utan hjertats rena wäckelse genom *medborgerligheten,* eggar der eller hejdar, efter behof. Hwarje afsöndrad inrättning har alltid en brist i detta fall och jag glädes öfwer att jag sökt häfwa denna brist wid Gymn. Cent. institutet".

Som psykolog måste Pestalozzi yrka på en naturenlig utveckling genom uppfostran, och tanken går igen i Lings gymnastiska skrifter. Så även det härmed sammanhängande kravet på individualitetens tillgodoseende. — Metodiskt-gymnastiskt är Ling icke beroende av Pestalozzi-Niederer, av deras elementargymnastik, enligt min mening. Jag framlägger skälen för min åsikt i annat sammanhang. Detta hindrar icke, att man kan leta fram speciella likheter mellan Ling och Pestalozzi. I skriften om elementargymnastiken kallas kroppen ett tempel för den helige ande. Ling talar om människans kropp såsom helig under vissa betingelser. I början av Pestalozzis skrift om elementargymnastik[2] förekommer ett uttryck om

---

[1] Ling om folkfesten, se ock Saml. Arb. III, s. 495: Grekland, sjelft politiskt söndrat i mångfaldiga stater och deras olika fordringar, utgjorde ett enda helt vid sina folkfester, i deras *syften,* — Jfr ock III, s. 586 f.

[2] Pestalozzi om elementargymnastiken: Wochenschrift für Menschenbildung, 1807; nytryck i Kleine pädagogische Texte, Heft 7. Fullständiga titeln på uppsatsen om elementargymnastik: Über Körperbildung als Einleitung auf den Versuch einer Elementargymnastik in einer Reihe körperlichen Übungen.

människans fysiska utbildning såsom "ein Präservatif gegen viele Krankheiten". Hos Ling heter det, att den pedagogiska gymnastiken är ett preservativ mot människoorganismens förfall. Sådana likheter kunna icke tas som bevis för Lings gymnastiska avhängighet av den märklige pedagog som Pestalozzi var. Därtill äro olikheterna för stora.

En nydanare måste ju under försvaret av sina idéer utöva kritik på rådande förhållanden och åsikter. Proven på denna kritik äga ett tidshistoriskt intresse och förtjäna att exemplifieras. Så här skriver Ling i en inlaga till det akademiska konsistoriet, daterad "Stockholm d. 15 Oktober, 1813": "Gymnastiken hittills missförstådd i sitt höga syfte har i allmänhet blifvit ansedd som ett gyckel, hvarigenom ynglingar blefvo vilda eller av några på det högsta värderad som en mekanisk färdighet, artig nog hos barn och hos ynglingar. Om några få förunnat gymnastiken ett pedagogiskt värde, har det varit blott under den rubrik, att ynglingar derigenom sysslosattes vid lediga stunder, fingo nödig kroppsrörelse och vunno ett yttre skick. Ingen har tänkt, såsom våra förfäder. Ingen har som Greken, Romarn och Göten velat se, att Gymnastiska öfningarne, om de fingo en sann pedagogisk riktning, hade fullkomligt och ovilkorligt inflytande på ynglingens moraliska utbildning, på hans mod, liflighet, härdighet, sedlighet, lätthet att tänka, frihet att handla, med ett ord: på hela hans manliga karakter."

Intressantast i kritiken mot tidens tendenser är kanske ett uttalande av Guts Muths emot romantiken i hans Gymnastik für die Jugend 1804 — således från en tid, då tidsriktningen ifråga kunde skärskådas på nära håll. Den hade sina svaga sidor, men dessa bli de *enda* för Guts Muths. "Es ist die Krankheit der sogenannten höhern, edlern Naturen, eine Art von philosophisch-ästhetischer Mystik, die uns in neuern Zeiten auf tragikomische Art unterhält, nachdem sie uns einst in schmachtender Mondscheingestalt als Empfindeley zu Thränen rührte, oder als Genieflug über Hecken und Gräben

setzte. Was ist die Ursache dieser Krankheit? Ueberspannung der Gefühle, Kramphaftigkeit der Empfindung, —".

Förfining är icke kultur, förkunnar Guts Muths och kommenterar på ett lyckligt sätt sitt påstående sålunda: den ena är en fullkomning av hela vårt väsen, den andra ett modesmink, pålagt av tidsålderns tendens.

Han sluter sig till rousseauanerna.

Det fanns mycket att kritisera. Många missförstånd och hinder mötte föregångsmännen på det gymnastiska området. Guts Muths talar exempelvis om bristen på gymnastiska anstalter.

Gemensam för de gymnastiska nydanarna är en utgångspunkt. De hänvisa till grekerna eller till förfäderna, jämförande samtid och gången tid. Vi hänvisa icke till förfäderna, kanske ibland till grekerna. Den gymnastiska renässansens uttryckssätt kan vara oss främmande, men tankegången sammanfaller icke sällan med vår. När Ling genom sin gymnastik ville göra ungdomen värdig urgamla förfäder, såsom han uttryckte sig, så ville han detsamma som vi med en färglösare terminologi kunna uttrycka så: en gynnsam psykisk inverkan genom fysisk fostran.

Den lingska tidens gymnastik arbetade som sagt under idéernas banér. Det är ett karaktärsdrag hos densamma. Under tidernas lopp har en idé som den allmänna uppfostrans, den gymnastiska inbegripen, förverkligats, och även andra bärande tankar, vars förverkligande en gång utgjorde önskemål, ha trängt igenom. Vi behöva icke längre hålla dem i sikte. I vissa av sina former synes emellertid vår tids gymnastik ha släppt sambandet med idéer och normer överhuvud. *Man frågar sig: Är icke vår gymnastik ganska ofta någonting annat än uppfostrande? Är den verkligen ett medel för kulturens framgång, vilket en tänkare som Pontus Wikner önskade? Bidrar den att främja det nationella vilje- och handlingslivet, som Ling ville?*

KAP. II.

DET PEDAGOGISKA OCH PATRIOTISKA INTRESSET I LUND UNDER 1800 TALETS BÖRJAN.

Den idéhistoriska återblick, som vi gjort, torde lämpligen avslutas med några sidor om den intellektuella miljön å den ort, där Ling började sitt gymnastiska arbete, nämligen Lund, vid vars universitet han verkade som fäktmästare åren 1804—1813. Man levde där som annorstädes i en brytningstid på olika områden, brytningstiden mellan 1700- och 1800-talen. De pedagogiska dokumenten ha naturligen ett särskilt pedagogiskt värde, men med dem följer ofta ett stycke av tiden själv, av dess bärande idéer. De tala med stämmor ur sin tid; ibland få de på samma gång en märklig nutida klang.

Dåtidens nya pedagogiska synpunkter återfinna vi bl. a. hos en av den äldre generationens akademiska lärare, nämligen Mattias Fremling, vars insats på uppfostrans område väl förtjänar att räddas från glömskan.

Fremling var filosof. Han tillhörde i flera avseenden 1700-talet. Han var född 1745, blev 1777 adjunkt i filosofi, professor 1782. Han följde emellertid filosofiens och pedagogiska utveckling. Benjamin Höijers kvickhet att kalla Fremling en främling i filosofi är misslyckad, såsom Axel Nyblæus har visat. Fremling ägde både tankeskärpa och förmåga att sätta sig in i nya problemställningar. Hans filosofiska bekantskaper omfattade ingalunda blott 1700-talsempirismen; han följer utvecklingen under Kant och under romantiken. Hans uttalanden i uppfostrings- och undervisningsfrågor böra icke förgätas. Likaså bör man ihågkomma,

att han var en av de professorer, som understödde Ling vid dennes första framträdande i Lund.

Pedagogiken gynnade han på mer än ett sätt. Kanslersgillet, stiftat 1801, för att handha överinseendet och ledningen av hela rikets undervisningsväsen, önskade professurer i pedagogik vid universiteten, men penningmedel saknades. Fremling åtog sig då, såsom C. K. S. Sprinchhorn meddelar, att föreläsa i ämnet ifråga utan arvode. I året 1802 började han att jämte undervisningen i filosofi föreläsa pedagogik och didaktik. Samma gille hade gjort sig till målsman för den uppfattningen, att också i Lund borde för den praktiska lärarutbildningens skull ett seminarium upprättas, d. v. s. en inrättning "för blifvande skol-Lärares och Informatorers införande i den practiska [delen] af undervisnings Wettenskapen" — således en provårsinstitution. På grund av en skrivelse i ämnet från universitetets kansler till det akademiska konsistoriet hänsköt detta frågan om seminariet till det år 1803 tillsatta uppfostringsutskottet, också kallat det pedagogiska utskottet. Dess medlemmar utgjordes av professorerna Fremling, Norberg, orientalisten, och Lundblad, latinaren.

Fremling och Lundblad författade var sitt betänkande. I Fremlings inlaga finns det åtskilligt, som visar, att nya idéer om uppfostran trängt fram till det sydsvenska lärdomssätet. Inlagan är ett prov på Fremlings pedagogiska vidsyn. Så tillstyrkte han förslaget om ett seminarium, en provårsinstitution, vid Lunds katedralskola. Här några huvudpunkter i det fremlingska aktstycket, daterat d. 26 september, 1804! Jag följer dess original, som förvaras bland "Till Uppfostringsutskottet inkomna handlingar, 1803—1819", å Lunds universitetsbibliotek. Uppfostran hade numer tagits omhand av vetenskapen, säger Fremling. Lagarna för uppfostran, till vilken undervisningen hörde, äro fastställda på vetenskaplig bas. "Genom deras *vederbörliga användande* kan man hoppas, att med mera framgång och säkerhet, än genom slumplyckan och tillfälliga omständigheter

bringa människoanlagen närmare till en för dem möjlig förädling". Undervisningens allmännelighet hade ej ännu blivit praktisk verklighet, men den är ett krav, som Fremling uppställer, och han ger oss därvid en typisk kulturbild.

"I Sverige", skriver han, "äfvensom på många andra ställen har man nästan endast *fästat uppmärksamheten* på *lärda skolor* och öfwerlemnat omsorgen för bonde och borgare åt dem sjelfwe, hwilkas odling äfwen hwad myckenheten af de sednare beträffar, sällan går öfwer en usell läsning, skrifning och räkning, jemte religionsläran, som ej heller ännu blifwit, hwad den borde vara, nemligen, mera skickad för hjerta och förstånd än ett lyckligt minne. Då det gäller icke mindre, än att dana ett folcks sätt, att tänka och handla i öfwerensstämmelse med allmänt och enskilldt väl, *bör wäl icke en enda* af en stats medlemmar, hwilka samfällt måste bidraga till det helas fördelar, *uteslutas* ifrån erhållande af den odling, som fordras, om han skall kunna efter tidens behof uppfylla de pligter, som det stånd, i hwilket han ärnar inträda, af honom fordrar".

Den fredlige professorn omfattade således en idé, som den franska revolutionen omhuldat, liksom fallet var med den följande tiden, nämligen en allmän uppfostran. Närmast torde Fremling ha upptagit denna tanke från den berömde dåtida pedagogen August Hermann Niemeyer, som i andra avseenden bevisligen påverkat den svenske professorn. Niemeyer utgav 1799 ett arbete Ueber Oeffentliche Schulen und Erziehungsanstalten, vari han förfäktade bildningens nödvändighet för alla samhällsskikt. Han betonade samtidigt, klokt nog, nödvändigheten av olika utbildningsanstalter för olika folkklasser. Också Fremling skiljer i sin inlaga på lärda skolor, borgareskolor och "landtskolor".

En ansenlig del av Fremlings inlaga berör de olika "läreföremålen", d. v. s. ämnenas pedagogiska behandling. I den latinherraväldets tid, vari han levde, gör han ett märkligt uttalande om modersmålet i "borgareskolan": "*Modersmålet,* ehuru det nödvändigaste, har hittils i skolor blifwit behand-

lat, såsom en bisak". "Efter enhvar ynglings serskilda bestämmelse, måste i *Svenska språket* gifwas en större eller mindre grammatikalisk *kunnskap* —". Också andra stämmor höjdes för modersmålets rätt. I ett förslag till förbättrandet av kansliexamen yttrade kanslirådet Bergstedt, "att behofvet och nyttan är långt större af en grundelig kännedom af modersmålet [än av latinet] —".

Angående övriga språk framhåller Fremling, att "*Tyska* och *Franska* språken äro nu det mäst brukbara, det *första* för borgare äfwen af de lägre klasser, *begge* för enhvar, som skall höra till de mera danade medborgare". Den olika ställning, som här tilldelas franska och tyska, är karakteristisk för det bildade medvetandet under 1800-talets början, då fransk-klassicismen ännu var en makt, men icke en obestridd. Den nationella tendens, som fick ett uttryck i kravet på en bättre ställning för modersmålet i skolan, framträder än tydligare i anvisningarna för geografi och historia i borgarskolan; i den lärda skolan skulle kunskaperna överhuvud utvidgas. Man borde i borgareskolan läsa "det nödvändigaste" av geografi och historia "isynnerhet den delen af bägge, som angår *fäderneslandet*. Af dess *statsförfattning* och *lagar* så mycket, som enhvar medlem af staten bör veta för att vara underrättad om sina rättigheter och de pligter, som honom åligga".

Medborgarkunskapen, omhuldad under 1700-talet, hade alltså en målsman i Fremling. Så ock i hans vän, akademisekreteraren O. C. Wåhlin som i sin helt kortfattade skrift understryker vikten av "Svenska Historiens, Geografiens och Statskunskapens föredragning" i skolan. — I detta sammanhang uttalar Fremling en önskan: "Under denne föreläsning (i geografi och historia) glömme läraren icke att *uppväcka kärlek till fäderneslandet*, och en viss stålthet deröfwer att vara född Svensk medborgare". En götisk tankegång, framträdande med full styrka i Lings nationellt inställda litterära verk.

Beaktansvärt är det krav på undervisning i sundhetslära, som framföres av Fremling; likaså hans önskan, att "seminarister och kolleger" d. v. s. provårskandidater och lärare, "när

tillfället så medgifwer, taga lärjungarne med sig i sällskap", och med dem anställa gymnastiska övningar för att stärka kroppen och utbilda lemmarna. — Här tangera Fremling och Ling varandra. Fremling var ganska tidigt ute som gymnastikens förespråkare. Han har dock haft svenska föregångare. Om gymnastikens förespråkare under för-lingsk tid lämnar oss Albert Wiberg upplysning i sin skrift Gymnastikssträvanden i 1790-talets Sverige.

Fremlings betänkande liksom professor Lundblads hade tillkommit genom kanslersgillets tilltänkta plan, att "ett seminarium för Skol Lärare, äfven här vid Lunds Läroverk, måtte blifva att tillgå". Närmaste orsak till betänkandet var ett kanslersbrev till akademiska konsistoriet, tillkommet på grund av att kanslersgillet anbefallt, att konsistoriet skulle överväga "på hvad sätt wärkställigheten häraf må lämpeligast kunna befordras —". Betänkandet insändes till kanslersgillet och föreligger bland dess handlingar och måste således ha beaktats på högre ort, och det kan ha varit av betydelse, då gillet utarbetade ett förslag till 1807 års skolordning. I denna fick modersmålet en bättre ställning än förut, undervisning i sundhetslära anbefalldes liksom i gymnastik. Fremlings idéer kunna ha haft en förespråkare i O. C. Wåhlin, som var korrespondent till gillet och en av dem, som deltogo i utarbetandet av förslag till skolordning. Vid införandet av gymnastik bland skolämnena kan ock Ling ha haft en andel. Jag tvivlar på, att han har varit utan inflytande i detta fall[1]. — Gymnastiken blev i skolordningen av 1807 skäligen fakultativ; sakens nyhet gjorde sig gällande genom bristen på lärare, lokaler, redskap.

När Fremling anger "läreföremålen", framskymta inflytanden från Niemeyer. Då han bland läroämnen för den lärda skolan upptar "empirisk sykologi (!) med antropologi", så hämtar han detta direktiv från den tyske pedagogik-

[1] Jag har närmare motiverat min åsikt i en uppsats i Fysisk Fostran och Vetenskapen, 1941, N:r 2: Ärkebiskop Lindblom, P. H. Ling och gymnastikens införande i Sverige.

professorn i Halle, möjligen från den danska översättningen av Grundsätze der Erziehung und des Unterrichts, som 1800 utgavs av F. H. Guldberg. Nämnda tyska arbete utkom år 1796 i ett band. Tre år senare förelåg en upplaga i två band; en fjärde utkom 1801, följde så nya upplagor. En nionde "nahm ihm [dem Verfasser] der Tod aus den Händen". Icke underligt om med denna spridning av hans pennas alster Niemeyers tankar gå igen även i Sverige. I en lingsk handskrift är namnet Niemeyer upptaget som litteraturhänvisning. I vad mån Ling studerat honom, kan jag icke säga.

Utom Fremlings inlaga äga vi hans föreläsningar i pedagogik och didaktik i behåll, begynta 1802. De äro utgivna av N. G. V. Lagerstedt. I dem kan man lätteligen konstatera inflytandet från Niemeyer, ett inflytande, som Fremling själv vidgår. Redan uppfostrans begrepp uppfattas lika av Niemeyer och Fremling. Båda äga, liksom även Pestalozzi, den humanistiska livssynen, som ansåg en harmonisk utveckling av huvudets, hjärtats och kroppens krafter vara ett mål. Istället för att plocka fram överensstämmelser mellan Fremling och Niemeyer skall jag blott påpeka den betydelse, som båda tilllägga gymnastiken. Någonting nytt att bjuda ifråga om kroppsövningarnas art har emellertid ingendera. De rörelser, som de anbefalla, känner man igen från gymnastikpedagogen Guts Muths. Niemeyer framhåller själv, att han hämtat direktiv från denne. Både Niemeyer och Fremling indela gymnastiken i "konstig" [d. v. s. konstruerade rörelser] och "naturlig". Niemeyers indelning var künstlich—natürlich.

I vår bildningshistoria finns det en kategori av lärare, som en gång nästan har bildat ett samhällsskikt för sig och varit föremål för både anfall och försvar, nämligen informatorerna. I sina föreläsningar vände sig Fremling också till dem och man stöter därvid på muntrande poänger: "Han [eleven] bör ej vänjas vid Läckerheter. Om man ser, att modren trackterar barnet dermed, bör man på ett artigt sätt säga henne följderna deraf då hon är vid godt lynne, för att und-

vika disput och ej falla i Disgrace"[1]. — En liten tidsbild ur sundhetslärans historia skymtar ibland, t. ex.: "Då och då kan tillåtas barnet att dricka vin, men ej likörer såsom brännvin: ej heller The, Chocolad, Kaffe, ty de förorsaka hetta, och barnet är nog hett ändå".

Provårsinstitutionen, som beröres i Fremlings inlaga, kom ju först längre fram i tiden till stånd. Ett examensprov för blivande lärare infördes emellertid 1803. Examen ifråga handhades av ett vid vartdera universitetet tillsatt uppfostringsutskott. I handlingarna från utskottet i Lund finner man bland de examinerade mer än ett namn, som har tillhört den nya tidens män och blivit berömt. C. A. Agardh förklarades 1804 äga goda "insigter och lärogåfvor" och vara "skicklig till de högre Skole-Klasser". M. Bruzelius möter oss med höga betyg (1807). Båda två voro Lings lärjungar och medarbetare inom gymnastiken. Bland de många andra, som avlade Examen Pædagogicum var Andreas Textorius, sedermera rektor vid Lunds katedralskola, där gymnastik infördes under Lings vistelse i Lund; en annan var Jöns Seldener, lärare vid samma läroverk. Den hos Ling en tid boende B. S. Ingelman, (en broder till skalden G. G. Ingelman) med tiden med. dr, docent och kirurgie magister, är även upptagen bland de examinerade (1809). Utskottet hade egen notarie, såsom A. Textorius och A. O. Lindfors, den senare en av Lings umgängesvänner liksom Agardh och Bruzelius.

Bland de pedagogiska nydanarna från senare delen av 1700-talet och början av 1800-talet intager ju Pestalozzi ett framstående rum. Hans pedagogiska betydelse är icke begränsad till hans levnad utan har verkat framåt i tiden. I hans allmänna uttalanden tycker man sig ibland höra nutiden tala. I Lund uppmärksammades han. Lunds Weckoskrift Nytt och Gammalt, 1803, no 34, Bihang, innehöll en artikel om Pestalozzis nya uppfostringsmetod, undertecknad E. Z. Munck af Rosenschöld. Den är helt kort, fyra sidor.

---

[1] Har möjligen upptecknaren någon andel i poängen?

Den innehåller bl. a. satsen, att "isynnerhet är denne Metod bestämd till de första eller folk-skolorna, som wi kalla barn- och sockna-skolor och den gör en Nationaluppfostran möjlig —". En nationaluppfostran, d. v. s. en allmän folkuppfostran, var en av tidens ledande tankar, och *en* sida av denna skulle Ling förse samtiden med genom sin gymnastik. Pestalozziska metodens användbarhet för en nationaluppfostran är en tanke, som går igen i litteraturen från det dåtida Lund. Anmärkningsvärt är också omnämnandet i Lunds Allehanda, 1813, no 6, av "nationallekar", "hwilka erhålla intresse genom täflan och belöning; Olympiska och Pythiska spelen samt lekarna på Campus Martius bidrogo hufvudsakligen att göra dessa fordna folkslag [greker och romare] till de tappraste i werlden". Kanske denna hänvisning till nationalfester (nationallekar) berodde på inverkan från Pestalozzi, som också talar om nationalfesters betydelse. Även praktiskt vann Pestalozzis metod spridning i universitetsstaden och utanför denna.

En översättning av Pestalozzis arbeten var under sådana förhållanden en ganska naturlig sak. År 1812 voro lundaakademikerna C. A. Agardh och M. Bruzelius i färd med att till trycket befordra Pestalozzis Elementar-Böcker, men endast en första del av översättningen utkom; ursprungligen var arbetet avsett att utkomma redan 1808. Som främjare av metodens praktiska tillämpning omnämnas i företalet flere framstående män i Skåne, och i en del skolor vann metoden inträde. Genom "Prof. Ahlmans försorg" blev den delvis införd vid "Fattig-Skolan i Malmö", där 1809 eller 1810 Johan Isberg började följa Pestalozzis metod. Genom grosshandlare G. Suell infördes den i Fabriks-Skolan i Malmö. Professor Ahlman [G. R. Ahlman] var rektor vid Malmö läroverk från 1812; från 1810 var han konrektor där. M. Bruzelius upprättade, sedan Ling lämnat Lund en skola, där Pestalozzis metod och Lings gymnastik användes.

Företalet till den 1812 utgivna översättningen är märkligt genom den pestalozzisk-sociala synpunkt, som utgivarna anlägga. De upptaga tanken på en nationaluppfostran och

mena, att en sådan måste "öfwerensstämma med Pestalozziska methodens anda, om ej till alla delar med dess form". En nationaluppfostran borde, som namnet anger, omfatta en fostran av statens alla medlemmar. Utgivarna ha i samband därmed tagit fasta på Pestalozzis samhällsgärning. Hans mål var "att återskänka mensklighetens glömda värde åt eländets barn", "att uppsöka det fattiga, hjelplösa, wanvårdade och föracktade folket —". Han fann "källorna till folkets elände" uti en oriktig och falsk "utbildning af alla dess ursprungeliga naturanlag, både i moraliskt, intellektuellt och kroppsligt afseende". Mycket har förändrats sedan detta skrevs, men principen, som kommer till synes och som de svenska utgivarna framhäva, är modern. Det är ett slags socialpedagogik, som förordas.

En ny uppfostran gick väl ihop med en götisk inriktning. I företalet (s. IV) till Elementar Böckerna läser man: "Om wi tänka oss ett folk, bestående af indiwiduer uppfostrade på detta sätt [efter pestalozziska grunder] — omgjordadt af Bälterne och oöfwerstigliga berg, skildt ifrån det swaga eller wilda eller förderfwade Europa, hwilken känsla för en Swensk!" Orden om Europa äro tydligen avsedda att ge en bild från Napoleonkrigens tid. —

En lärjunge till Fremling är också att nämna bland pedagogerna i Lund, nämligen Anders Otto Lindfors. I slutet av 1803 blev Lindfors docent i pedagogik och didaktik; två år senare i teoretisk filosofi. 1816 utnämndes han till professor i historia, tre år därefter till professor i latin.

Ett av de nya uttrycken för det pedagogiska tänkandet utgjordes av de akademiska avhandlingar på latin, som ventilerades under hans presidium åren 1803—05 och 1806. De två första — från maj och november 1803 — bära båda i översättning titeln Pedagogisk Afhandling om Gymnastiken. Den första — från maj — är försedd med en akademisk etta; den från oktober med en dito tvåa. En tredje med samma titel som de två nämnda och ventilerad samma år, har undertiteln Tillägg. Den handlar om hantverkets nytta vid uppfostran —

slöjd, bokbinderi, trädgårdsskötsel. I maj 1805 och i april 1806 ventilerades vartdera året en pedagogisk avhandling om leken i uppfostrans tjänst, I och II. — För fullständighetens skull omnämner jag en avhandling från 1804, ventilerad under presidium av medicine professor Joh. H. Engelhart. Den handlade om kroppsvårdens nödvändighet för studerande [De corporis cura studiosis necessaria] och författaren stöder sig på antiken.

Den gymnastiska litteraturen från äldre tid innehåller ibland beaktansvärda kulturbilder. Så omordas i en not i avhandlingen från 1803 den tidens dans. Författaren åberopar Guts Muths ord: "Alla våra danser äro, om jag så får uttrycka mig, romaner in nuce, vilka utföras av två eller flera personer av båda könen". Därpå fortsätter den svenske författaren: "Det sedligt allvarliga och sanna förhållandet mellan könen, som i dagliga livet skapas och bibehålles genom en god och ordentlig uppfostran, kan till stor del förstöras på dansplatsen —". Som sin åsikt förklarar han: "Jag vill endast, att vi skola välja sådana nya danser eller, om man så vill, återuppliva sådana gamla, vilka under sedesamma och anständiga rörelser ge kroppen måttlig motion, vilka ge oss tillfälle att under nyttig kroppsövning vinna skönhet, och vilka — det är viktigt — anordnas endast i familjens och vänkretsens goda miljö".

Avhandlingar på denna tid kunde tillkomma på ett sätt, som vi icke gilla. Respondenten behövde icke vara avhandlingens författare. Det kunde preses vara, och på goda grunder tillägger man Lindfors författarskapet till ovannämnda avhandlingar. De röja en författare med vidsträckt humanistisk bildning, en författare, som satt sig in i den tidens pedagogiska och medicinskt-pedagogiska litteratur och som är bevandrad i antikens kultur liksom i inhemsk historia. Han åberopar Guts Muths, Rousseau, Locke, Niemeyer, Tissot, Hufeland; för antikens övningar stöder han sig på Mercurialis och gamla antika författare, som Plato, Plutarchus, Sallustius, Cicero, Cornelius Nepos och klassiska antika skalder som Horatius, Tibullus, Persius; av inhemska historiker åberopas Adam

av Bremen, Olaus Magnus, Lagerbring, Sjöborg m. fl. Estetiken saknas icke; Sulzers Allgemeine Theorie der schönen Künste är med bland källorna, likaså ett anatomiskt arbete, som N. Roséns Compendium Anatomicum (1738) och en under Roséns presidium ventilerad uppsalaavhandling om ridningen i medicinens tjänst (1738).

Forskningen har redan uppmärksammat de lindforska avhandlingarna liksom hans verksamhet överhuvud, nämligen i skriften Anders Otto Lindfors (1934) utgiven under medverkan av Ewert Wrangel, Oswald Holmberg och Ivan Carlsson; den sistnämnde har verkställt en god översättning av de, enligt tidens bruk, på latin skrivna avhandlingarna. Det torde emellertid vara behövligt att uppta frågan om den betydelse, som bör tilläggas dessa aktstycken. Den beläsenhet de vittna om, är naturligtvis beaktansvärd. Fullt så viktig synes mig den idéhistoriska anvisning vara, som de lämna oss. Den gymnastiska idén går samman med den götiska, den förra förbindes med en klart angiven patriotisk tankegång. Det heter: ”Då vi i eftertanke stanna och för vår inre syn återkalla deras [förfädernas] liv och gärning kunna vi ej nog i beundran förvåna oss över så väl deras kroppsliga styrka och kraft som deras andliga fasthet och djärva resning; man skäms vid tanken på, hur långt de stodo före sina ättlingar och efterkommande. — Vi måste därför sätta in all vår kraft på att återkalla den forna manliga dygden —”. Här talar redan Tegnérs Svea; så ock Lings skrifter.

Den götiska riktningen uppfattas ofta som framförallt bakåtsträvande. Därmed är den icke rättvist bedömd; den var i många avseenden framstegsvänlig. I exempelvis inledningsorden till en avhandling från 1808 Aphorismi pædagogici, ventilerad under Lindfors' presidium, läser man följande, som säkerligen gäller preses själv: ”Änskönt jag icke hör till dem som i det gamla finner allting, i det nya ingenting, lovvärt, kan jag icke annat än beklaga förlusten av nervernas, själs- och kroppskrafternas prydnad hos våra förfäder”. Göticis-

men ryggade icke tillbaka för det som var nytt, oaktat all sin forntidsdyrkan.

I de nämnda gymnastiska avhandlingarna visar sig Lindfors stå på sin tids vanliga ståndpunkt. Hans övningsförråd går icke utöver det, som brukade anbefallas i den för-lingska gymnastiska litteraturen och som även Fremling hade förordat. Lindfors hänvisar till övningar, som vi möta hos Guts Muths, den tyske pedagogen, och andra, såsom Niemeyer i Grundsätze der Erziehung und des Unterrichts, övningar som: fotvandringar, att gå på styltor, skridskoåkning, dans, löpning, hopp, klättring, balansgång, målkastning, simning, tyngdlyftning, bollspel, brottning, fäktning, ridning. Några nya övningar i jämförelse med Guts Muths kommer han icke med, undantagandes bollspel, som han icke påträffat i Gymnastik für die Jugend. Denna övning finns icke heller hos Guts Muths, såsom han själv framhåller. — Även för den lindforska avhandlingen om leken är Guts Muths förebild. 1802 hade hans Spiele zur Uebung und Erholung des Körpers und Geistes utkommit. Gymnastiskt sett stod Lindfors, som sagt, på sin tids vanliga ståndpunkt.

Det blev Ling förbehållet att utbilda en ny gymnastisk metodik, att skapa en självständig svensk gymnastik. Intensiteten i hans verksamhet på det gymnastiska området liksom på andra områden framgår av flera aktstycken. Jag skall här anföra ett, som ligger gömt och glömt i en gammal akademisk föreläsningskatalog: ”Peter H. Ling, föreståndare för universitetets palaestra, kommer att offentligen undervisa i vapnens lyckliga bruk måndag, tisdag, torsdag och fredag klockan 10 förmiddagen. Och varje söckendag instruerar han privatim ärade akademiska medborgare i alla delar av gymnastikens konst såväl teoretiskt som praktiskt”.

Pedagogik och patriotism — vi kunna säga pedagogik och göticism — togo sig uttryck även på andra håll än i Lund. Ingenstädes har likväl de två intressena omsatts så i praktiken som av Ling i den sydsvenska universitetsstaden. Hans verksamhet inom gymnastikens, diktens, mytologiens och konstens

områden äro vittnesbörd. Resultatet av hans *gymnastiska* arbete blev en *svensk* gymnastik.

Med den gymnastik, som vid övergången mellan 1700- och 1900-talen växte fram, lades ett nytt viktigt kapitel till kroppsövningarnas historia. Kända äro ju grekernas övningar, omfattande s. k. "naturliga" rörelseformer, såsom löpande, kast, brottning, nävkamp, simning, ritt, m. m.; vidare lekformer, delvis lika våra. Vår egen forntid fylldes av vapenklang och stridsdån, och uppfostran och övningar gingo i stil därmed. Hjälten skulle vara stark och smidig, glad inför faran, vass i blicken, äga dådkraft, järnhård vilja, gärna våga livet. Det krävdes förvisso kunskap i vapnens bruk (svärd, spjut, båge m. m.); vidare i simning, löpande, skid- och skridskoåkning; man övade klättring uppför fjäll- och klippväggar, man idkade bollspel på isen m. m. Medeltiden ärvde åtskilliga av forntidens övningar. Till denna period höra ju ock riddarspelen, besjungna av skalderna. En gammal fransk dikt talar om hurusom vid dem "allt fagert samlas. Dit komma riddare, dam och de som väpnade skola på befallning ställa upp sig; där skola härolderna höja höga rop för dem som väl strida".

Riddarspelen och deras romantik försvunno, och de s. k. ridderliga övningarna (dans, ritt, voltige, fäktning) utgjorde en mager ersättning. När Ling kom till Lund, skulle han som fäktmästare undervisa i fäktning, voltige och även ridning. — Folkliga övningar levde kvar sedan gammalt, men varken de eller de andra övningarna fyllde tidens krav. Man önskade en ny undervisningsform, en tillämpning av den allmänna undervisningens princip. Det gällde då att även på gymnastikens område, som man börjat lägga under skolan, skapa övningsformer och metoder, som bäst kunde tillgodose fordran på en allmän undervisning. Antikens och den nordiska forntidens övningar voro icke utan vidare tillämpliga för senare tiders barn. Riddartidens festspel hörde historien, icke samtiden till. Ridderliga övningar voro den högre ståndsbildningens sak.

Än i dag existera två slag av gymnastiska övningar: de konstruerade (artificiella) och det dagliga livets naturliga

(funktionella) och vanemässiga (automatiska) rörelser. De konstruerade rörelserna kunna sätta hela rörelseapparaten i funktion. Båda slagen behövas i gymnastiken. De konstruerade böra fullständigas med funktionella övningar, färdighetsövningar, tillämpningsövningar och lekar av gymnastiskt värde. Den gamla indelningen i "konstig" och "naturlig" gymnastik går här igen.

I och med sitt nya skede strävar gymnastiken att bli systembildande på ett sätt, som förr icke var brukligt, och den får sitt särskilda redskaps- och övningsförråd. Detta framgår bl. a. av de definitioner på gymnastik, som formuleras. Det är någonting nytt, som man vill ha fram. Guts Muths säger: So ist die Gymnastik ein System von Uebungen des Körpers welches die Vervollkomnung des letztern zum Zweck hat. I ett arbete som förtjänar uppmärksamhet och vars innehåll antydes genom titeln: Die Gymnastik aus dem Gesichtspuncte der Diätetik und Psychologie, av C. F. Koch (1830), uteslutas såväl barnens som de primitiva folkens "ungeregelte Leibesübungen" som också förvärvandet av sådana kroppsliga färdigheter, som ha ett annat mål än kroppsövningen själv, såsom hantverk, militära övningar, lindanseri, gladiatorers övningar o. s. v. Koch kritiserar G. U. A. Vieths uttalande i hans Encyclopädie der Leibesübungen (1818) och säger, att han givit gymnastiken för mycket och kroppsövningarna för litet. Även Ling uteslöt vissa övningar, såsom dans och sinnenas övning, ur gymnastiken. Han ville, som bekant, göra gymnastiken till ett ämne för sig, till en organiserad helhet. Kända äro hans definitioner i Gymnastikens allmänna grunder. — Även om Lindfors måste betecknas som epigon till Guts Muths, har han inlagt förtjänst genom att befordra kunskapen om den tyske pedagogens gymnastik. Den lundensiske akademikern gjorde en insats i den svenska pedagogikens historia, då han beredde den akademiska jordmånen för Ling. Hans avhandlingar gjorde däremot icke det gymnastiska vetandet rikare. Det var Guts Muths läror, som gingo igen.

Före sin ankomst till Lund har Ling tydligen stiftat be-

kantskap med Guts Muths. Därpå tyder hans inlaga till akademiska konsistoriet av 1805. Såvitt jag kan se, förmedlades denna bekantskap under Lings köpenhamnstid. Några direkta bevis för att han dessförinnan tagit del av Guts Muths lärobok, har jag icke funnit.

Att Nachtegall använt Guts Muths Gymnastik für die Jugend och att Ling besökt danskens institut är bevisligt. Även kan man påvisa direkta hågkomster hos Ling från Nachtegall. I sällsynta fall avvek denne från den tyske läromästaren, och det finns exempel på, att Ling har gjort samma avvikelse. I en följande undersökning om det gymnastiska övningsförrådet får jag tillfälle att insätta Ling i hans förhållande till Guts Muths och Nachtegall. Naturligtvis kan det tänkas, att Ling redan under sin tid i Stockholm blivit bekant med Guts Muths åsikter. Likaså kan han då ha sett och tagit del av Tissots bok om medicinsk gymnastik, men icke heller i detta fall äga vi bevis. En gång införd på det gymnastiska området lämnar Ling i Lund prov på, att han självständigt bearbetat detta, varigenom han i viktiga avseenden kommer att tänka annorlunda än Guts Muths och andra dåtida gymnaster. Vi kunna med fullaste rätt tala om en lingsk, en svensk gymnastik.

KAP. III.

NYA KÄLLOR FÖR KÄNNEDOMEN OM P. H. LINGS GYMNASTIK.

Oriktigheten och ofullständigheten i omdömen om Ling ur gymnastisk synpunkt bero, delvis åtminstone, på att materialet för bedömningen varit bristfälligt eller oriktigt uppfattat. Det är många sidor, som måste beaktas, om man vill göra sig en bild av Lings gymnastik, dess innehåll och omfång. Man måste skärskåda den i dess förhållande till föregående och samtida gymnasters läror. För att kunna detta är det nödvändigt att vara, så långt möjligt, insatt i de gymnastiska tankar, som Ling förkunnade och i den praxis han utövade. Det blir man blott genom studium av handskriftsmaterialet. En del av detta har hittills legat outnyttjat i arkiven. Under senare tider har jag varit i tillfälle att draga lärdom av dessa dokument. I en särskild avdelning av detta arbete (IV. 2) har jag publicerat några — de mest belysande. Jag har genomgående sökt stödja min framställning på autentiska källor. Därigenom har jag lyckats utöka och komplettera mitt för omkring 30 år sedan utgivna arbete över "Den Lingska gymnastiken i dess upphovsmans dagar" (1913), och jag tror mig kunna ge en så total bild som möjligt av P. H. Lingska gymnastiken. Det talas mycket om svensk gymnastik. Det är då av vikt att också känna till den, från dess begynnelse, d. v. s. från den tid, då den ännu ingick som en del i det märkliga nationella idésystem, som Ling uppbar och som även för vår tid äger aktualitet. Ett krafttillskott skulle enligt Ling tillföras nationen icke blott genom en ny uppfostran, stärkande både kropp och själ, utan ock genom bilder ur nordisk forntid och svensk historia, framställda i poetisk form.

Det källmaterial, som hittills har använts för uppfattning och uppskattning av den lingska gymnastikens olika grenar, har, som sagt, *varit otillräckligt.* Man behöver icke, såsom J. Lindhard (i Den specielle Gymnastikteori, 1926, s. 35) uppfatta som något osäkert "hvorledes han [Ling] egentlig havde tænkt sig det endelige resultat". Genom en inventering av befintliga källskrifter kommer man till en annan uppfattning. Icke heller minskas enligt min åsikt Lings betydelse som "Gymnastikpædagog" genom "en revision", under förutsättning, att man utgår från ett tillräckligt material. Betydelsen växer istället. I motsats till Dr Signe Prytz finner jag hans gymnastik bärkraftig och substantiell nog för att Hjalmar Ling, P. H. Lings son, skulle kunna anknyta till den och fullfölja sin faders direktiv.

I det följande behandlar jag var för sig Lings pedagogiska gymnastik, dess metodik, hans sjukgymnastik, hans insats för försvaret (den militära gymnastiken), allt under jämförelse med andra dåtida gymnasters. Vidare behandlar jag gymnastikens spridning på hans tid bl. a. genom arbetet å det gymnastiska centralinst itutet, som han upprättat. Följa så några slutord.

KAP. IV.

P. H. LINGS FRISKGYMNASTIK, (DEN PEDAGOGISKA GYMNASTIKEN).

1. *Källmaterialet.*

Vi äga dess bättre gymnastiska aktstycken från såväl ett tidigare som ett senare stadium av Lings verksamhet. Studiet av dem är förenat med vissa svårigheter, som dock till största delen kunna övervinnas. Redskapen, som förekomma i dessa dokument äro delvis andra, än dem vi använda, och terminologien är mycket avvikande från senare tiders. Det behövs förklaringar i båda avseenden, och de stå att finna främst i handskriftslitteraturen. När man efter åtskilligt letande får syn på Lings friskgymnastiska övningsförråd, finner man snart, att detta icke tyder på någon gymnastisk fattigdom, som ibland antytts, snarare ett visst överflöd. En av handskrifterna, den utförligaste, upptar 533 rörelser i "maschineri" (redskapsrörelser) plus 200 utan "maschineri".

Av de källskrifter, som beröra Lings friskgymnastik, äro hans tryckta skrifter icke tillräckligt utnyttjade, och av övriga källor är blott en del uppmärksammad. C. Norlander har publicerat några av de allra äldsta; originalen återfinnas bland Lunds universitets handlingar. Oaktat sin knapphet ge de oss vissa upplysningar om Lings gymnastik under hans första år som fäkt- och gymnastiklärare vid Lunds universitet. De böra kompletteras med några dokument från delvis samma håll. En viktig redskaps- och rörelseförteckning, som härrör från Lings göteborgsbesök år 1809, har framdragits av G. Aurell. Den redogör för de "Gymnastiska rörelser hvaruti den Studerande Götheborgska Ungdomen öfvat sig vid Contubernium från den 24 Julii till den 25 Augusti 1809". Detta aktstycke fullständigas av den rörelseförteckning över öv-

ningar vid Göteborgs Contubernium 1809—1810, som tillvaratagits av G. Clemensson. I Gymnastikfrämjandets årsbok, 1939, (s. 22 ff) återfinnes ”Förtekning öfver Gymnastiska Rörelserna vid Contubernium i Götheborg under Kongl. Akademie Fäcktmästaren Lings anförande” 1809 och 1810. Bland källor till det tidiga skedet av Lings verksamhet äro ock att räkna spridda uppgifter i akademiska protokoll och inlagor m. m. Den omnämnda förteckningen från 1809—1810 är mycket upplysande för den P. H. Lingska friskgymnastiken i dess tidigare skede, och jag skall kommentera den i ett följande kapitel om Lings redskaps- och rörelseförråd.

En sammanställning och en analys av källskrifter blir kanske icke en angenäm läsning. Många detaljer måste beaktas. Ett detaljstudium är emellertid här nödvändigt.

De handskrifter, som vi överhuvud äga, lämna ett välbehövligt komplement till Lings tryckta skrifter. Redskapsgymnastiken i hans dagar träder tydligt fram för oss genom handskrifterna. De två handskrifter, som jag först behandlar, äro skrivna av respektive Gustaf von Heidenstam och G. Hellström, båda nära förbundna med Lings gymnastiska verksamhet. De äro icke nedskrivna av Ling; blott ett fåtal anteckningar i en av dem är av hans hand. Deras vittnesgillhet bör därför styrkas. — I ”Ling Tidshistoriska undersökningar” I, 1913, har jag lämnat en översikt av tryckta och otryckta källor för kunskapen om hans gymnastik, handskrifter till hans tryckta arbeten inbegripna. De otryckta handskrifter jag här, i denna och följande avdelning (IV. 2), går att föra fram, äro nytillkomna.

Gustaf von Heidenstam, författare till en av handskrifterna, var Lings trogne vän och hans medhjälpare under den första lundatiden. Både genom sin vänskap för Ling och genom sitt medarbetarskap är Heidenstam förtjänt att ihågkommas. Å annat ställe har jag sökt sammanföra de biografiska uppgifter om honom, som stå till buds, och jag torde återkomma till honom i de biographica, som ingå i fortsättningen av detta arbete. Här blott några data!

Liksom fallet är med flera medlemmar av ätten Heidenstam, spelar Orienten in i hans levnadshistoria. Hans fader blev 1782 minister i Konstantinopel och var på 1790-talet bosatt i Smyrna. I Konstantinopel föddes ministerparets son Gustaf. Han mottog således tidiga intryck av Orienten, möjligen ock av Grekland. Modern, en dotter till holländske konsuln i Smyrna, skall ha varit grekinna. Sonen kom till Lund för vidare utbildning under Lings vistelse där och blev, som sagts, dennes vän och medhjälpare. Vid den tid, då Ling slog sig ned i Stockholm (1813), flyttade Heidenstam från Karlberg, där han under några år varit fäktmästare, till Uppsala, där han beklädde posten som fäktmästare vid akademien. De följande åren framlevde han i Uppsala och på sin lantgård, Skulla, ett par mil utanför staden. Han dog 1850.

Vid första påseendet kan den heidenstamska handskriften tyckas tillhöra en senare tid än P. H. Lings. Å en omslagssida står nämligen med Hjalmar Lings handstil: "Rörelsebeskrifningar antecknade af Gustaf von Heidenstam Exercitiemästare i Upsala. 1841—42". Ser man närmare efter, skall man finna, att det finns egendomligheter i handskriften, som styrka, att anteckningarna syfta på Lings verksamhet, d. v. s. den del av denna, som tillhör de första åren.

Från Lings verksamhet i Lund hade Heidenstam sina gymnastiska erfarenheter. Med tanke på omkostnaderna för redskapen hade Ling förordat "ordnade progressiva övningar utan fasta redskaper" eller "med de allra enklaste fasta redskap —". I enkelhetens intresse utesluter Heidenstam såväl vippmasten som stegen [1]. I Lings gymnastiksal i Lund och under hela den tidigare perioden av svensk gymnastik användes en terminologi, som är olik våra dagars. Som gammal lingsk terminologi måste man räkna sådana beteckningar hos Heidenstam som exempelvis enkel äntring, bakvänd äntring, voltäntring m. fl. benämningar. "Enkel äntring" förekommer i Lings göteborgsprogram. Ibland gå samma rörelse under olika namn i handskriften och i göteborgsförteckningen. Heidenstam talar om

---

[1] Han omnämner vippmasten. Hästen uteslutes ock. ("Bänken" i st.)

”sammansatt äntring”; den har en motsvarighet i göteborgsförteckningens ”äntring med hand och fot”. Man kan bland Lings benämningar urskilja en utveckling till allmängiltigare och ur kommando- och undervisningssynpunkt lämpligare beteckningar.

Heidenstam talar om en rörelse som Necken, gemenligen kallad ”flå katt” och innebärande, att ”kroppen blir aldeles omstjelpt hängande”. Han talar om en annan, som heter Hafsfrun. — Lings nordiskt mytologiska fantasi var i verksamhet även under gymnastiktimmarna. Hafsfrun betecknade, att ”hela kroppen bildar en slags cirkel, hvälfd nedåt, på hvilken hufvudet och bröstet äro framstående”. I göteborgsförteckningen kallas motsvarande rörelser armkrängning och bröstkrängning. Uttrycken låg och hög ”ringning” i göteborgsförteckningen, d. v. s. kroppens omsvängning framåt eller bakåt från sittande eller stående ställning på linan ha originella motsvarigheter hos Heidenstam: resp. ”Enkla Quarn” och ”hängande Quarnen”; där finns också den ”Dubbla Quarnen” och även en ”Quarnvings rörelse” (en horisontell stång omfattas så, ”att man blir hängande vid armbågarna med stången bakom ryggen”, med benen ger man kroppen ”en svängande rörelse, så att den går omkring stången såsom en quarnvinge svänges omkring utaf vinden —”). [1] Man möter också uttrycket ”Fogel rörelsen” — på ”rak lina”, ”hvarvid den, som gör rörelsen, söker härma den ställning som en flygande fogel har”. En annan heidenstamsk beteckning är ”stålarm” — den rörelse vid pinnstolpe (en med vågräta tvärpinnar försedd stolpe), som numer utföres vid ribbstol och som kallas utliggning (handfästsideshållning).

På tal om terminologien i den heidenstamska handskriften bör jag kanske tillägga, att den skiljer på äntring och hävning, liksom fallet är i göteborgsförteckningen. Uttryck som ”tillsprång” och ”anslag” med händerna förekomma både hos Heidenstam och hos Ling i göteborgsförteckningen. En teknisk

[1] Kvarn finnes ännu, t. ex. J. G. Thulin, Gymnastisk Handbok s. 206.

term som ”samlad sats”, vilken Ling gav burskap åt, möter man hos Heidenstam. — Med avseende å den gamla, originella lingska terminologien vill jag först som sist hänvisa till de ytterligare upplysningar, som Hjalmar Ling lämnar oss i P. H. Lings Saml. Arb. III, s. 644, 659, 665 f. I ett otryckt brev, daterat ”Kristiania 28/5 74”, meddelar O. Petersen, efter sin faders papper, ett och annat om P. H. Lings tidigaste terminologi.

Skärseld = Hel-sidd. baguddragn. med pandefæste.
Refbenspjäll = stöd — gang — st. sideböjn.
Våghållning eller måske vågfällning = spändligg. udg.
Kantfällning = Vrid-stående (siddende) bagudfalden.
Esqueletter = Benskiftninger (stiljett).
Lyriska scenen = Bålrulning.
Sprang med enkelt volt = pommée.
Sprang med dobbelt volt (vältning).

En och annan av förklaringarna återfinnes bland Hjalmar Lings upplysningar.

Ännu ett faktum pekar mot en tidig period för Heidenstams gymnastiska erfarenheter — perioden innan hans läromästare Ling avgivit sin gymnastiska självständighetsförklaring. I handskriften förmärkes ett inflytande från Guts Muths Gymnastik für die Jugend. Guts Muths var Lings närmaste föregångare. I anslutning till Guts Muths upptar Heidenstam övningar som stavsprång (jfr Guts Muths, 1804, s. 241 ff) och brottning, även om det sätt varpå övningarna anordnades hos den ene och den andre icke överensstämma. Ibland bli likheterna mycket påtagliga. Heidenstam talar om ”den så kallade lätta kampen”, ”half brottning”, ”dubbla kampen”, ”sammansatta striden”, och samma indelning gör Guts Muths (kap. das Ringen, 1804, s. 268 ff.), som beskriver Der leichte Kampf, der halbe Kampf, der zusammengesetzte Kampf; Heidenstams ”dubbla kampen” motsvaras av Guts Muths der ganze Kampf. Syftet är detsamma hos båda: hos Guts Muths das Niederlegen des Gegners, hos Heidenstam att ”kullslå hvarandra”.

Även då Heidenstam anbefaller övningar ”med strecket” och med linan, leder han tanken på Guts Muths, till hans Tanz im Striche, im Seile (Guts Muths, 1804, s. 326 ff.) Enligt Heidenstams egen uppgift använde Ling under sin allra första lundatid Guts Muthska rörelser, och i sin framställning erinrar Heidenstam därutinnan om Ling. Någon utförlig jämförelse mellan Heidenstam och Guts Muths anser jag icke vara behövlig. Viktigare är en jämförelse mellan Ling och den tyske pedagogen, och jag skall sammanställa dem, då tal blir om redskaps- och övningsförrådet.

Tyvärr saknas en första avdelning i den heidenstamska handskriften. En föreställning om vilka rörelserna i denna avdelning varit, få vi av handskriftens uppgift, att de flesta, utom på vippmasten, kunde verkställas på en balansstolpe (en lodrät stolpe, på vars översta ända den balanserande stod), på en horisontal stång, på en planka, som ställdes på kant (vår balansribba) och ”äro hufvudsakligen öfverhoppning ifrån sidorna med arm stöd, balanceringar och sänkningar på ett ben, och balanceringsgång fram och tillbaka —”. Balansering och sänkning höra ock till Lings göteborgsförteckning, till dess elementarrörelser; dit hörde väl också överhoppning av ett redskap från sidorna.

I stället för Lings voltigehäst anvisar Heidenstam i prisbillighetens syfte ”en bänk av en stadig tre tums planka —. I midten fästas två afrundade bommar af 9 tums höjd —”. I Heidenstams redskapsförteckning förekomma också ”tvänne ovala stänger”, ”horisontal stängerna”. Detta redskap liknar det tyska redskapet barr, beskrivet i Jahn-Eiselens Die deutsche Turnkunst (1816), men återfinnes icke bland de redskap, som Ling upptar (Saml. Arb., III, s. 573). Däremot återfinnes det i Hugo Rothsteins Die Gymnastik nach dem schwedischen Gymnasiarchen P. H. Ling, 2—3, 1847, bilderna i slutet. Se ock L. G. Brantings efterlämnade handskrifter, häfte III, 1882, fig. 87.

Heidenstams handskrift torde ha varit avsedd att publiceras. Annorlunda kan man ej gärna tolka författarens upp-

gift om ett träsnitt, som illustrerade texten, men som veterligen icke längre är i behåll. Heidenstam uttrycker sig sålunda: "På trädsnittet stå numrorna utsatta på ofvan omnämnde apparater —"; på ett annat ställe hänvisar han till en "figur". Ling planerade 1808 utgivandet av en lärobok i gymnastik med planscher. Kan något samband föreligga? På någon konkurrens har jag svårt att tro.

Om Heidenstam i sin handskrift leder oss tillbaka till de första åren av Lings verksamhet, till fäktsalshuset i Lund, så för oss en annan handskrift till en senare period, till slutet av 1820- och början av 1830-talet, då Ling kunde visa, att han grundlagt en självständig svensk gymnastik. Det är från gymnastiken å centralinstitutet i Stockholm, som handskriften ifråga har sitt upphov. Dess författare är en man, som icke fått någon plats i den svenska gymnastikens historia, men som gjort denna en stor tjänst genom det aktstycke, han sammanskrivit. Handskriften omfattar bortåt 300 foliosidor text och är försedd med några anteckningar av Ling själv. Den består, utom av en historiserande del, av två rent gymnastiska avdelningar, sammanbundna var för sig, en med omslagstiteln "Fristående Rörelser (Gymnastik utan Maschineri)", en med titel "Om Gymnastiska Övningar Rörelserne med maschineri)". På båda omslagssidorna står namnet Hellström med samma stil som texten. Namnet förekommer också, skrivet av P. H. Ling med blyerts, på samma sida, där texten till "rörelser med maschineri" börjar.

Vem var författaren, och är han vittnesgill?

Ett skriftligt intyg med L. G. Brantings stil innehåller följande: Löjtnanten vid Kongl. Helsinge Regemente, Herr Joh. Gust. Hellström har, sedan år 1827 begagnat undervisningen vid härvarande Kongl. Gymnastiska Central Institut, så i theoretiska som praktiska delarne af Allmän Gymnastik, som ock af den Militära rörande Värjans, Sabelns och Bajonettens förande. Herr Löjtnanten har äfvenledes på egen hand bestridt undervisningen i den Aktiva Gymnastiken, äfvensom Han i

den Passiva, med högsta nogranhet och omtanka utfört de rörelser, som för olika sjukliga subjekter blifvit föreskrifne. Stockholm, Gymnast. Centr. Instit. den 16 December, 1833.

Såsom militär står Hellström upptagen i Svenska arméens anciennitets- och rangrulla. Genom den få vi veta, att år 1828 (a. a., s. 137) fanns det en fänrik i Kongl. Helsinge Regemente, som hette "T. G. Hällström", född 1805, och "börjat tjänstgöra som officer 1826, beräknar tour i Regementet ifr. och med 1826 Mars 15".

"T. G. Hällström" måste vara en oriktig namnbeteckning för *J. G.* Hellström. I rullan för 1831 står, på samma regemente, bland "Fändrickar" (s. 104) *J. G. Hellström,* varefter följa precis samma uppgifter om honom som i 1828 års rulla. 1833 års rulla upptar först bland "Fändrickar" i Kongl. Helsinge Regemente J. G. Hellström (s. 93) och lämnar samma uppgifter f. ö. som 1828 års.

I 1835 års rulla återfinna vi honom bland "Lieutenanter" (s. 96): "Innehafvande lön 2:a Lieutenants"; uppgifterna om födelseår och tjänstgöringens början överensstämma med föregående års. Angående "tour" heter det här: "Beräknar 'tour' i Regementet ifr. och med 1833 Juni 22". Titeln löjtnant i Brantings i december 1833 utfärdade betyg är således fullt riktig, då Hellström fick beräkna "tour", rätt till befordran, från juni anförda år. I 1836 års rulla få vi reda på, att Hellströms "innehafvande lön är 1:e Lieutenants". Från och med 1843 omnämnes han icke i rullorna.

Blyertsanteckningarna i margen till den Hellströmska handskriften, som äro av P. H. Ling och till en del antagligen av L. G. Branting, säga oss icke, hur pass utförlig granskningen har varit. Ofrånkomligt är, att författaren, såsom framgår av Brantings intyg deltagit i undervisningen och praktiken å centralinstitutet och därvid har inhämtat kunskap om P. H. Lings gymnastik, vars friskgymnastiska del han har beskrivit. De flesta rörelsegrupperna i Hellströms handskrift gå igen i en annan handskrift med överskriften "Anteckningar vid Öfningarna å Gymn. Centr.-Institutet". Anteckningarna utgöra

huvudsakligen en uppräkning av rörelser. Kanske härröra också anteckningarna från Hellström.

Som nämnt, omfattar den Hellströmska handskriften, vars ena del, den om rörelser "maschineri" återges i IV. 2 av detta arbete, såväl fristående som redskapsgymnastik. Formulering och stil äro likasom hos Heidenstam ganska primitiva, men tydligheten kan icke sägas lida därpå.

Den viktigaste delen av Hellströms handskrift är den, som handlar om redskapsgymnastiken. Den är jämte nyssnämnda, kortfattade anteckningar, vår mest givande källa för uppfattningen om P. H. Lings gymnastik i "maschineri", upptagande, som nämnt, 533 rörelser, varvid dock samma rörelser, utförda vid olika redskap, ha medräknats. De fristående rörelserna, som Hellström beskrivit i den andra delen av sin handskrift uppgå till 200. Redskapen äro desamma, som dem Ling uppräknar i Gymnastikens allmänna grunder (Saml. Arb., III, s. 573) så när som på två: Lings springvall och springgrop, simbrygga och simgördel saknas hos Hellström, som i olikhet med Ling, omnämner "en lös lina" (för språng, för hoppning vid linans kringsvängande; för dragkamp) och "remmar" (för hoppning). I den hellströmska redskapsförteckningen omtalas ock "En lös bom mast som utgör en runder stolpe af 6 à 7 alnars längd". P. H. Ling upptar blott "Stänger och Master".

Jag har förut tänkt mig (Ling, Tidsh. unders. I s. 187 ff., där nämnda handskrift från G. C. I.s arkiv har avtryckts), att dessa Anteckningar kunde utgöra en av Hjalmar Ling omtalad handskrift (Saml. Arb., III, s. 666, noten). Så är emellertid icke förhållandet. Den av Hjalmar Ling omtalade handskriften visar sig i stället vara en annan för uppfattningen av Lings gymnastik viktig handling, vilken jag snart får tillfälle beröra.

Räknar man rörelserna i Heidenstams handskrift kommer man knappt till 100-talet. Övningar med stav och rörelser vid brottning äro då oräknade. Lings egen förteckning från Göteborg upptar ungefär en halv gång till så många övningar, men alla övningar, som han förfogade över, äro nog icke med-

tagna i förteckningen. Skillnaden måste i alla fall vara stor mellan rörelseförrådets omfång 1810 och tiden omkring 1830. Antalet är naturligtvis icke avgörande för ett rörelseförråds värde, och *inom den lingska mångfalden finner man såsom något väsentligt en sammanhållande princip, konsekventare tillämpad än hos andra dåtida gymnaster, en princip för ett rationellt tillgodoseende av människokroppens utvecklingsbehov.* Tack vare denna princip har en indelning i släktordningar kunnat göras, och därmed har en betydelsefull gymnastisk metodik kunnat föras fram. Indelningen ifråga och metoden, uttryckt i dagövningsprincipen, blev det Hjalmar Lings uppgift att vidare utveckla. Den ena som den andra hade fadern angivit genom arten av de rörelser han valt och genom vissa direktiv.

Som nämnt, har Hellström i handskrift också beskrivit Lings fristående gymnastik. Handskriften med dess beskrivningar av kedje- eller stödrörelser pekar mot Lings gymnastikreglemente av 1836. Den har sitt intresse såsom utgörande ett led i förarbetena till reglementet. Det förtjänar att antecknas, att man i handskriften påträffar ett och annat uttryck, som hänför sig till gammal lingsk terminologi, såsom ”grisben”, (ena låret ”uppvinklas” med knät något högre än ljumsken, benet utsträckes i rak linje med det uppförda låret och nedböjes långsamt, under motstånd). Till gammal terminologi hörde väl ock ”nigning” (knäböjning), ”simning” (bågliggande armböjning); för ”vridning” användes uttrycket ”snedfällning”.

Med Hellströms handskrift om fristående gymnastik bör man sammanställa de Ron's över samma ämne. Dessa Hellströms och de Ron's handskrifter låta oss förstå, vilket ihärdigt arbete, som ligger bakom reglementet med alla dess klara definitioner. I allmänhet inses det icke, vilket precisionsarbete, om jag så får säga, som Lings definitioner i reglementet förutsätta.

De Ron's handskrift står reglementet närmare än Hellströms. Redan indelningen av stoffet liknar indelningen i reglementet. Den första avdelningen innefattar alla rörelser utan

stöd och motsvarar reglementets andra kapitel; den andra avdelningen gäller rörelser med enkelt stöd, rörelser, som behandlas i reglementets fjärde kapitel; den tredje avdelningen beskriver rörelser med dubbelt eller sammansatt stöd, motsvarande reglementets femte kapitel: Rörelser med sammansatt stöd. Hit räknas dubbelt och tredubbelt stöd. Sist i de Ron's handskrift möter man en sida om "Fel, som möjligtvis kunna finnas hos Recryter" — så följer en uppräkning av dem, till allra största delen överensstämmande med den förteckning på felen ifråga, som förekommer i "Förslaget" 1820 (Saml. Arb., s. 676). Däremot saknas hos de Ron den framställning av Språng, som reglementets sjätte kapitel innehåller, likaså dess övnings- och kommandotabeller (och planscher). Gemensam för de Ron och reglementet är uppdelningen i arm-, huvud-, benrörelser; reglementets bålrörelser förtydligas hos de Ron till bröst-, rygg-, magrörelser; även beteckningarna sido-, ljumsk-, korsrörelser förekomma. Hos Hellström framträder icke nämnda uppdelning lika tydligt; man finner dock hos honom benämningar som bröst-, ljumskrörelser. En terminologisk egendomlighet är kommandoordet "klack ned" hos de Ron i stället för reglementets "Nedåt sänk" (från På tå-häf); samma benämning (klack ned) förekommer hos Hellström. Det var onekligen ett konkret uttryck för rekryterna.

Utom det hellströmska bidraget till kännedom om Lings redskapsgymnastik finns det ännu ett, nämligen en handskrift utan författarnamn, kallad Gymnastik i Maschineri och av Hjalmar Ling försedd med en blyertsanteckning: "Dupplett (afskrift)". "Inledningen saknas". Det är tydligen samma, nu nämnda, handskrift som Hjalmar Ling åsyftar, då han talar om en särskild uppsats, som bl. a. saknade början och som beskrev åtskilliga redskapsrörelser (Saml. Arb., III, s. 666, noten), ty så är fallet med "Gymnastik i Maschineri". De första raderna föra oss direkt in i en rörelsebeskrivning. Hjalmar Ling offentliggjorde icke handskriften, "1) emedan den synes ej tillhöra detta förslag [Förslaget 1820] utan vara nyare, 2) emedan den möjligen ej är af Ling sjelf författad —"; och vidare emedan den,

som redan omtalats, "saknar början". Det är svårt att datera uppsatsen, men intet hindrar, att den är senare än förslaget 1820. Terminologien är icke den ursprungliga lingska; den är Brantings. Branting fick i uppdrag av Ling att uppgöra en ny terminologi mot slutet av 1820-talet. Handskriften bör därför icke vara äldre än så.

Handskriften är icke nedskriven med Lings stil, och den behöver ej vara författad av Ling själv; den språkliga stilen är i varje fall icke riktigt hans. Vem författaren, respektive nedskrivaren, är, kan jag icke säga, men icke förty bör man lugnt anse handskriften som en av de vittnesgilla källorna för kunskapen om P. H. Lings redskaps- och övningsförråd. Redskapen äro de, som vi lära känna från Ling själv och från Hellström. Rörelserna äro färre än i den hellströmska handskriften. De uppgå blott till ett 60-tal, men bland dem finner man i flere fall sådana, som överensstämma med rörelser i den hellströmska förteckningen. En del rörelser i duppletthandskriften påträffar man redan i ett par gymnastikschemata, som Ling använt i Lund. — Av utrymmesskäl offentliggör jag icke nu denna handskrift. Vi ha i den hellströmska handskriften en så utförlig redogörelse för P. H. Lings redskapsförråd och redskapsövningar, som man kan begära.

Hellströms handskrift om fristående gymnastik och de Ron's om samma ämne, publicerar jag icke heller här, då vi äga reglementet av 1836 med dess fristående rörelser (kedjerörelserna inbegripna); utrymmet hindrar ock en publicering.

Några exempel på överensstämmelser mellan duppletthandskriften å ena sidan, den hellströmska handskriften och rörelser i gymnastikbehandlingarna från lundaperioden, avtryckta i Tidshist. unders., I, s. 122 f., å den andra! — De tre första rörelserna i duppletthandskriften avvika föga från rörelserna 1, 2, 3, i Hellströms handskrift; en rörelse som krokliggande knänedtryckning i duppletthandskriften ingår bland rörelserna i Lund, där benämnd "slagtning" [1]; duppletthandskriftens krok-

[1] Om "slagtning" se Hjalmar Ling: P. H. Lings Saml. Arb. III, s. 666, noten.

liggande knädelning motsvarar Hellströms liggande ljumskrörelse (no. 394); duppletthandskriftens bröstspänning ("mellan 2:ne änterstänger") motsvarar Hellströms bröströrelse "emellan 2:ne linor" (no. 200). Vid vissa redskap, såsom linorna, bli överensstämmelserna mellan duppletthandskriften och Hellströms handskrift särskilt många. Det finns också överensstämmelser mellan duppletthandskriften och Heidenstams handskrift. Så har Hellström, no. 78—79 (enkel, dubbel volt), motsvarigheter hos Heidenstam, likaså Heidenstams "quarnrörelser" i Hellström no. 210 ff.

Såsom redan Hjalmar Ling påpekat, i anteckningen å duppletthandskriftens första sida, är den en avskrift. Avskriften är gjord med redig handstil — icke Lings — och på sista sidan läser man en namnbevittning. Handskriften bör således ha haft någon officiell uppgift — vilken kan jag icke säga; möjligen har den varit avsedd att tjäna som direktiv vid gymnastikundervisning någonstädes, där Ling icke hade tillfälle att instruera. I varje fall torde den få anses som ett bidrag till rörelseläran, som Ling aldrig kom att utarbeta.

Det finns ett par handskrifter till av J. G. Hellström. Å den ena har på första sidan P. H. Ling själv antecknat med blyerts: "Fändrik Hellström". Den omfattar 4 foliosidor, av vilka den sista blott delvis är försedd med text och upptar 115 rörelser, som ingå under beteckningen "Fristående rörelser (Gymn: utan Maschineri)". I uttrycket fristående inbegripes här, liksom i den utförliga hellströmska handskriften, kedjerörelser. Detta gäller också om den andra av de mindre hellströmska handskrifterna; den behandlar fristående rörelser. Den är osignerad, men handstilen röjer författaren, liksom innehållet. Överskriften är likalydande i båda. Rörelserna i den senare handskriften, som omfattar 8 foliosidor (sista sidan utan text, den näst sista blott till hälften försedd med text) uppgå till 174. Det förefaller, som om förteckningen på rörelser vore oavslutad i den ena som i den andra handskriften. Den sista siffran, respektive 116, 175, står utan någon åtföljande rörelsebeteckning eller text.

Om dessa hellströmska handskrifter, liksom om den utförliga om fristående rörelser, gäller att de erinra om gymnastikreglementet.

Av övriga handskrifter, som icke återges i IV: 2, äro några till handstilarna okända. De ansluta sig till nämnda reglemente. Hjalmar Ling har med blyerts antecknat å en av dem: Profskrifning. De härröra uppenbarligen från elever till Ling. En av dem är försedd med några till allra största delen oviktiga ändringar med blyerts av Ling, som tydligen sett igenom uppsatsen. Den handlar om "Öfningar på ett led" (fristående övning för soldater). Denna handskrift om 4 foliosidor medtar ett par synpunkter på övningar, som i fråga om formuleringen icke äro vanliga i Lings framställning, nämligen rörelsernas verkan och nytta. En av elevhandskrifterna handlar om "Rygg Rörelser" och "Ben Rörelser" och instruerar "Subjecktets [den rörelsetagandes] ställning" och "Lärarens ställning". En annan av Ling icke nedskriven handskrift omfattar 14 foliosidor och är defekt, i det att ett ark saknas (ark 3). Tre sidor i ett annat ark sakna text (ark 2). — Jag har härmed omnämnt några handskrifter, som synts mig påpekansvärda men icke behövliga att här publiceras. Jag vill tillägga, att en ganska utförlig handskrift, upptagande några "abbreviationer" — rätt primitiva förkortningar — finnes. Säkerligen är den nedskriven av L. G. Branting. Vidare påpekar jag tillvaron av åtskilliga gymnastiska teckningar; de äro synbarligen, i många fall åtminstone, utförda av P. H. Ling men konceptartade; de äro försedda med någon, icke utförlig text. De rörelsebeskrivningar, som kunna utvinnas ur de handskrifter, som här icke publiceras, täckas av beskrivningarna i den hellströmska handskriften, synes det mig. Av Ling själv nedskrivna äro tre handskriftsblad (koncept), innehållande resp. bl. a. "Fördelarne" [av fristående gymnastik] — de överensstämma med den tryckta texten, Saml. Arb. III, s. 489; vidare "Första Afdelningen" — en schematisk översikt över fristående rörelser, "Enkla" ("Axel Rör, Armled Rör" o. s. v., utan

text) och "Sammansatta" (blott förkortningar angivna: Vr (vrist), kn (knä) o. s. v.; vidare "Subjektets Ställning" (d. v. s. den rörelsetagandes ställning): "Den aktiva Ställningen" och den "passiva" och "hvilopunkterna" (d. v. s. hviloytorna). Det fragmentariska i de två sistnämnda handskrifterna gör sig starkt gällande. — En mindre handskrift av Lings vän C. F. Dahlgren, känd i vår litteraturhistoria, har jag avtryckt i "Lingska aktstycken", särtryck ur Svenska Gymnastiken i In- och Utlandet n:r 6, 1937. Jag kommer nu till de tryckta källorna. Jag vill blott omnämna ännu en handskrift, å 25 textförsedda foliosidor, härrörande från G. R. Silfverswärd (överstelöjtnant, under åren 1851—1885 lärare vid G. C. I.) Den tillkom efter den P. H. Lingska tiden, men ger oss åtskilligt av den gamla lingska traditionen, liksom förhållandet är med A. B. Santessons tryckta arbeten. Silfverswärds handskrift omfattar dels övningar vid gammal-lingska redskap, dels, såsom bihang, några friskbehandlingar för lärokursen (vid G. C. I.), vidare några "Rörelse Tabeller (enl. Santesson)" [för skola].

Jag övergår alltså till de tryckta källorna för kännedomen om Lings friskgymnastik.

I Saml. Arb., III, (s. 621 — 629) har Hjalmar Ling publicerat ett handskriftsfragment om *Jägar-rörelser.* Jägarna utgjorde en kategori inom försvarsmakten. Fragmentet antas av Hjalmar Ling vara en "minnesledning" "från lägren vid Bonarpshed", som Ling bevistade 1810 och 1819. Fragmentet får sitt intresse bl. a. därav, att det visar prov på fristående gymnastik (a. a. s. 627). I sitt utförligare skick har handskriften innehållit partier, som "öfverensstämma väsentligen med det förslag, som Ling inlemnade år 1820 till dåvarande 'reglementskomité' " och med de reglementen som han senare "anbefalldes att utarbeta" (a. a., s. 623). Ett av dem var *1836 års gymnastikreglemente.* — Jägarnas utbildning sysselsatte Ling mycket, och han har utarbetat ett förslag till reglemente för jägare. Detta förslag hör samman med fragmentet.

Till de tryckta källorna höra dessutom "*förslaget*" 1820, som icke blott behandlar pedagogisk gymnastik utan ock va-

penföring; vidare *Gymnastikens allmänna grunder,* som berör alla 4 grenarna av Lings gymnastik, nämligen pedagogisk, medikal, militär (vapenföring), estetisk. Vad som däri säges om pedagogisk gymnastik utmärkes av klara begreppsbestämningar, vilket dock icke ersätter bristen på utförlighet. I Saml. Arb., III, äro intagna, utom Gymnastikens allmänna grunder med "Anmärkningar" och Förslaget 1820 och Jägarefragmentet, även *Soldat-undervisning i gymnastik och bajonettfäktning* samt uppsatsen *Om läkares gymnastikbildning,* vidare ett *Tal om Bajonett-Fäktning* och en samling *Aforismer.* I Lunds Nytt och Gammalt 1808 nr 51, 52 återfinner man "Om mensko-kroppens härdande", säkerligen av Ling, i Iduna H. 5 (1814) hans "Några ord om gymnastik".

Gymnastikreglementet av 1836, som gjort så mycken nytta för spridningen av Lings gymnastik, utkom 1838 i en andra upplaga, där några ändringar införts. Arbetet är värt en rangplats även genom det sätt, varpå ett nytt material bearbetats, och jag instämmer i Hjalmar Lings ord om "så klassiskt beskrifna" rörelseformer. Den andra upplagan är "genomsedd med ledning av Lings egenhändiga anmärkningar". I den läses citatet från Hjalmar Ling (s. 102). Utom det tryckta gymnastikreglementet och Soldatundervisningen i gymnastik och bajonettfäktning, 1838, utgöra också C. Norlanders tryckta redogörelse för Lings gymnastik i Lund och den i Gymnastikfrämjandets årsbok, 1939, införda förteckningen över göteborgsövningarna beaktansvärda primärbidrag till uppfattningen av Lings friskgymnastik. Efter några kommentarer till förslaget 1820 skall jag redogöra för tillkomsten av Gymnastikens allmänna grunder. Det finns outnyttjade handskrifter, som belysa den.

I en handskrift till Förslaget förekommer på näst sista sidan ett uttalande, som saknas i trycket. Det är betecknande för de anspråkslösa fordringar, som Ling vågade framställa. "Dessa öfningar kunde inskränkas till 15 eller 20 i antalet och såleds igenomgås på den kortaste tid".

Förslaget är ett vidlyftigt dokument, omfattande, som nämnt,

icke blott gymnastik, utan ock fäktning med åtskilliga handvapen. Man måste fråga sig i vad mån den tryckta texten återger ett ursprungligt förslag. I inledningen förefaller det, som om författaren åsyftade en kort framställning. Han vill "föreslå införande af några få öfningar". Det kan tänkas, att avdelningen om fäktning utgör en utökning av en ursprungligen kortare handskrift. Ett bestämt sammanhang finns visserligen mellan det tryckta förslagets bägge avdelningar; de åsyfta rörelselärans båda delar, den pedagogiska eller "medborgeliga" gymnastiken och den "krigiska" gymnastiken ("handvapens begagnande"). Icke förty gör framställningen delvis ett heterogent intryck. Sålunda indelas gymnastiken i olika delar av förslaget på olika sätt. I inledningen skiljer författaren mellan två slags gymnastik: "medborgelig eller krigisk" (Saml. Arb., III, s. 633; så ock s. 640). Några sidor längre fram (a. a. s. 645) heter det, att gymnastiken "indelas i 4 huvuddelar, nemligen den Medborgeliga, Militära, Medicala och Ästetiska". Samma indelning förekommer i Gymnastikens allmänna grunder, blott med den skillnaden, att den "medborgeliga" där kallas den pedagogiska.

Det har icke varit lätt för utgivaren, Hjalmar Ling, att komma tillrätta med de handskrifter till förslaget, som stått honom till buds (jfr Saml. Arb., III, s. 635 f.). Han har i möjligaste mån sökt sammanfoga dem till en helhet. "Då vissa delar af de tillhörande handskrifterna äro *förskingrade* och andra finnas omarbetade i *duppletter*, alla väsenteligen liknande Gymnastik- och Bajonettfäktnings Reglementena af 1836, jemte bifogade lösa anmärkningar o. s. v., kunna de efterlemnade papperen ej samtligen utgifvas i helt sammanhang. Efter den till comitén ställda inledningen anföras derför här blott sådana stycken, som *afvika eller saknas* i sistnämnde tvänne reglementen; ehuru med större eller mindre sannolikhet kan slutas, att Författaren *sednare förkastadt* åtskilligt däraf, säkerligen dock icke *allt*".

Alltså någon fullständig, ursprunglig text till förslaget har icke varit åtkomlig: vissa delar av de tillhörande hand-

skrifterna voro förskingrade. Vi få emellertid av Förslaget bevis för, att Ling genomgått en gymnastisk utveckling. Man jämföre vad han i Förslaget har att säga med vad han sade i handskriftsfragmentet till sin första lärobok. Den senare röjer ingen nydanare. Hur än förslagets tryckta text är sammanfogad ur källkritisk synpunkt, så är den mycket beaktansvärd. I den ger Ling konkreta prov på en nyhet som de fristående och formgivande övningarna, med rätta uppskattade av eftervärlden. Utom det att vi i förslaget få en del upplysningar om Lings rörelseförråd framföras där vidare principiella riktlinjer, som återkomma i Lings senare produktion. Hjalmar Ling har vid utgivandet lämnat en förtjänstfull komplettering av texten, då han inom parenteser utsatt rörelsernas senare benämningar och i noter lämnat upplysningar, som fullständiga textinnehållet.

Det är mig svårt att inse, att det skick vari förslaget framträder, skulle utesluta allt värde hos det i gymnastikhistoriskt avseende. J. Lindhard anser, att han "efter Dr Signe Prytz' Undersøgelser tør gaa ud fra, at ingen Nulevende ved det mindste om, hvad Lings 'Forslag' af 1820 har indeholdt, heller ikke, om de Fragmenter, som Udgiverne af Lings "Samlade Arbeten" har anbragt under denne Titel, oprindelig har hørt hjemme der; —".

I Förslaget, som inlämnades till stora reglementskomitén i maj 1820, talas endast om gymnastik för soldaten. Med denna kombinerar Ling gymnastiken för skolorna, i så måtto, att han säger på tal om "liniegymnastik" [fristående], att den är "f. n. lättast att införa i Arméen, och ett medel, att genom Arméen införa kroppsuppfostran i Gymnasier och skolor". En sådan kombination kunde Ling göra just 1820[1]. Då antogs en skolordning, genom vilken gymnastiken blev obligatorisk vid läroverken, och arméns officerare skulle, som Ling föreslår, bli in-

[1] Ur tidssynpunkt vill jag påpeka Lings ord, mom. 23 Förslaget: Grundställning och vändningar enligt Exercis-Reglementet 3:dje afdelningen för *Arméens Jägare*. Detta syftar nog på 1811 års reglemente, där en dylik avdelning finns — däremot icke i 1823 års reglemente.

struktörer.[1] Till den militära *och* pedgogiska synpunkten återvände Ling: "Militärisk ordning råde i allt; och som hela nationen borde vara på Beväringsfot är detta nödvändigt äfven i skolor och vid enskildta öfningar. Sådan gymnastik passar likväl ej den spädaste barndomen". Därav får man icke sluta, att Lings friskgymnastik varit blott en soldatgymnastik. Rörelseförrådet talar ett annat språk.

Återstår att nämna några ord om tillkomsten av Gymnastikens allmänna grunder. I Tidshistoriska undersökningar, I, s. 17 ff. och s. 35 ff., har jag meddelat några uppgifter om tillkomsten av Gymnstikens allmänna grunder och om handskrifterna till arbetet. Jag vill här göra några tillägg. Det är bl. a. på sin plats, att tillkomsten av detta arbete närmare skildras, helst som denna tillkomst illvilligt framställts i en bok avsedd för allmän spridning, nämligen dr A. Andrées Helso-Lära, 1842, (s. 85 f.). Boken är väl längesedan glömd, men möjligen kan den någon gång dyka fram utan kritik i linglitteraturen.

Gymnastikens allmänna grunder äger icke den centrala betydelse för uppfattningen av Lings gymnastik, som arbetet fått sig tilldelat. Det är en tidsprodukt, där organismbegreppet har ett helt annat innehåll, än det vi numer inlägga däri.

Enligt Hjalmar Ling syntes ständerna vid 1823 års riksdag "böjda, att framdeles understödja läroböcker till spridande af kroppuppfostran och vapenföring". (Saml. Arb., III, s. 635, noten). I anslutning därtill författade Ling en avhandling rörande sin "åsigt af gymnastiken" och sina "erfarenheter deri", såsom vi upplysas om i Anmärkningar till Gymnastikens allmänna grunder (a. a., s. 590). I en handskrift, som icke är skriven med Lings hand, men, som innehållet visar, härrör från honom — den börjar för övrigt ordagrant såsom ett

[1] Planen passar således till tidsomständigheterna, och skulle icke innehållet ha avpassats till planen — m. a. o. bör icke den tryckta texten ge oss en föreställning om innehållet i Förslaget?

ställe i de tryckta Anmärkningarna (a. a., s. 590, mom. 38) — *tänker* sig Ling arbetet färdigtryckt, i det han säger: "Den [avhandlingen] är nu färdigtryckt". Jag anför handskriften, som säger oss åtskilligt om Lings gymnastiska författarplaner. Den bär överskriften: Anmälan och har icke förut offentliggjorts.

"Enligt Riksens Högl. Ständers beslut, vid riksdagen 1823, har jag författat en afhandling rörande min åsigt af gymnastiken och mina erfarenheter deri. Den är nu färdigtryckt; och har blifvit mycket utvidgad öfver, hvad jag först författade och i manuskript öfverlemnade till kgl: Direktionen för Stockholms allmänna läroverk. Som mina landsmän icke velat tillräckligen understödja min andra plan, hvilken var att i 6 delar och med alldeles fullständigt planschverk utgifva min gymnastik, så har jag för tredje gången omarbetat hela verket, hvilket, efter här utförd plan, skulle utgöra tre delar: 1:a Delen, om Gymnastikens grunder. 2:a Delen om gymnastiska Rörelseläran och 3:dje Delen skulle innehålla dertill hörande planscher; men det beror af köparen till 1:a delen att betämma sig för den andra, då han vid den förstas mottagande bör prenumerera på den senare. Hvad angår den sista eller 3:dje delen, så kommer den att blifva vår unga hoppgifvande artist Valboms egendom, och han sjelf att deröfver utsätta priset. Han är icke allenast en af våra säkraste figurtecknare, utan äfven den ende bland dem, som under en följd af år, sjelf dagligen handlagt vid gymnastiska öfningar, och uppmärksamt deltagit uti de anatomiska föreläsningarna och dissektionerna vid Centralinstitutet".

Något tryckt arbete, sådant som det, vilket i handskriften tänkes färdigt, har Ling icke efterlämnat. Det är således i fantasien som han ser arbetet avslutat.

Till förtydligande av de anförda handskriftsuppgifterna må följande fakta anföras. År 1830 inlämnade Ling till Direktionen över Stockholms stads allmänna undervisningsverk ett arbete i handskrift, kallat Gymnastikens grunder. Överlämnandet skedde den 22 november 1830. Protokollet från

samma datum, § 3, förmäler: Professorn vid Gymnastiska Centralinstitutet företrädde och aflemnade ett Manuscript till Lärobok i Gymnastiken med bilaggde plancher, försedt med omslag och förseglat med professor Lings sigill skulle, enligt hans egen begäran förvaras sådant i Kongl. Direktionens Archiv.

Å konvolutet, vari manuskriptet låg, finns en anteckning av Ling med i det närmaste samma lydelse som ovanstående. — Man observere i protokollet några ord, som tyda på en möjlig framtida omarbetning av arbetet. — Det talas nämligen om "ett annat i samma ämne", tryckt "på Statens bekostnad". Riksdagen 1828-1830 hade beviljat Ling en summa av 2000 rdr, för vilken han skulle författa en "Lärobok i de Theoretiska och Praktiska Delarna av Gymnastiken. Det var manuskriptet till denna lärobok, Gymnastikens Grunder, som Ling i november 1830 inlämnade till direktionen.

Varken summan ifråga eller manuskriptet motsvarade vad Ling önskade för att han skulle kunna anse sig ha förverkligat planen på ett utförligt gymnastiskt arbete. Han utfärdade följande år, 1831, genom Stockholms stads konsistorium "en prenumerationsplan till ett fullständigt gymnastiskt arbete med behöfligt planchverk". Det är säkerligen detta arbete, som åsyftas med uttrycket "min andra plan" i den ovan anförda Anmälan. Subskriptionsplanen misslyckades emellertid. De önskade medlen inflöto icke. När Ling icke lyckats med denna andra plan på ett arbete i 6 delar, för han fram ännu ett förslag, det som åsyftas med den 3:dje omarbetningen. En sådan omtalas även i Gymnastikens allmänna grunder, s. 591, och för planen i denna omarbetning redogör handskriften (s. 66). Ling torde nu, efter misslyckandet med nyss nämnda plan ha återgått till den utförliga planen med 6 avdelningar, d. v. s. till ett försök att förverkliga den. I ett brev från november 1834 omtalar han, att: "Exemplaret har jag redan återfått från kongl. Direktionen". Härmed måste åsyftas det till direktionen inlämnade manuskriptet. Ling grep sig nu an med utarbetandet och tryckningen av Gymnastikens allmänna

grunder, som i fragmentariskt tryck omfattar 6 avdelningar — lika många som den utförliga planen omfattade. Det skedde år 1834. Författaren fann sig emellertid tvungen att göra inskränkningar i framställningen. Tryckningen slutade efter någon tid. ”Den afbröts till följe af allerhögsta befallning, att under dåvarande tronföljarens öfverinseende ofördröjdt utarbeta särskilta *Reglementen i linjegymnastik och bajonettfäktning* —”. Efter detta avbrott upptogs arbetet ånyo. Det skulle aldrig avslutas av Ling. Vid hans frånfälle voro blott 84 sidor tryckta (av en första upplaga) av Gymnastikens allmänna grunder och manuskriptet förelåg i icke så alldeles tryckfärdigt skick, då det uppvisade många luckor. Dessa ”skrifteliga efterlemningar” åtogo sig två medarbetare och lärjungar till författaren, P. J. Liedbeck och Aug. Georgii, att, enligt hans på sotsängen yttrade vilja ”redigera och trycka”. Det var många planer, tyvärr aldrig fullt utförda, som rörde sig i Lings huvud. Jag kan anföra ännu en, icke observerad. Den är nedskriven av Ling själv å ett handskriftsblad och kallas ”Prenumeration å Gymnastisk Lärobok af Ling”. Å samma handskriftsida finnas, med Lings stil, omnämnda 4 delar av ett gymnastiskt arbete, som väl varit avsett att utkomma.

Av det anförda om tillkomsten av Gymnastikens allmänna grunder torde tillfyllest framgå, hur missvisande de uppgifter äro, som A. Andrée lämnat i sin Helso-Lära, 1842, (s. 85 f.). Författaren har varit illa insatt i sitt ämne. Exempelvis talar han om Rikets Ständer i stället för Direktionen över Stockholms stads undervisningsverk. Han tycks förbise, att utarbetandet av reglementena hindrade Ling att efter 1834 tillräckligt ägna sig åt Grunderna. Han påstår t. o. m., att ”Ling aldrig författat någon lärobok i gymnastik”. Det till direktionen inlämnade manuskriptet känner Andrée icke till; icke heller, att ett antal sidor av Grunderna trycktes i Lings livstid [1].

[1] Om manuskriptet till Gymnastikens allmänna grunder, Se Saml. Arb., III, s. 575. Till mina uppgifter i Tidsh. unders. I s. 39 ff. om handskrifterna till pedagogisk gymnastik i Grunderna har jag ingenting att tillägga.

Ett koncept ger stundom ett omedelbarare uttryck för en författares tankar och stämningar än det avslutade manuskriptet. Till det tryckta förordet i Gymnastikens allmänna grunder — "Till Sverges gymnaster" — höra två handskriftsblad, båda med Lings stil. Det ena med bläck, det andra med blyerts och delvis överstruket. I slutet av det förra, vilket liksom det senare återger tankar, som gå igen i trycket, läser man en tillsats, som kastar ljus över Lings subjektiva uppfattning av resultatet av hans gymnastiska bemödanden. Han skriver: "I öfrigt gäller Virgilii Epigram för detta som för alla nya företag", varefter han anför de virgilianska raderna:

Sic vos non vobis nidificatis aves,
Sic vos non vobis vellera fertis oves,
Sic vos non vobis mellificatis apes,
Sic vos non vobis fertis aratra boves.

Hos Ling äro versraderna något omkastade, men meningen är därför icke mindre tydlig. Den anförda latinska texten betyder:

Så byggen I bon, o fåglar, icke för er,
Så bären I ull, o får, icke för er,
Så alstren I honung, o bin, icke för er,
Så dragen I plogar, o boskap, icke för er.

Tanken som ligger bakom orden är densamma som Ling i tryck — i förordet — återger sålunda: "Att först upprödja ett fält är svårt, att sedan förbättra det är lättare, att sköta och skörda det är lättast; likväl tänker aldrig den sista odlaren på den första; ty han beräknar blott sin egen möda". Ett annat öppenhjärtigt uttalande förekommer överstruket i konceptet med blyerts. Det anknyter också till det tryckta förordet: "Ännu har jag lika mycket att lära, ja, tusende gånger mera än då jag började dermed [med gymnastiken]. — Vetandet kan aldrig upphinna sitt högsta syfte. Europas Gymnaster, hvilka alla praktisera mindre än jag, aldrig ingripit i den så kallade sjukgymnastiken hafva skrifvit många Gymnastikböcker.

Jag hade ämnat att aldrig skrifva någon; ty jag insåg hvilken djup blick i menniskoorganismen, dertill fordrades".

Härmed har jag gjort en inventering av källorna, tryckta och otryckta, för uppfattningen om Lings friskgymnastik. De ha åtskilligt att säga, om man låter dem tala ut. Det stora arbete, Die Gymnastik nach dem Schwedischen Gymnasiarchen P. H. Ling, som utgavs av Hugo Rothstein åren 1847, 1848, 1851, 1854 är på sitt sätt en källa för kännedomen om Lings gymnastik. Dock får det ingalunda utan vidare uppfattas som en sådan. Rothstein, som på 1840-talet studerat vid det gymnastiska centralinstitutet i Stockholm, ville "auf Grund aller von Ling hinterlassen gedruckten und ungedruckten Schriften, auf Grund des erhaltenen Unterrichts und auf Grund aller von mir eingezogenen Erfahrungen" ge "das System Lings nach einem eigenen Entwurfe", alltnog en framställning av Lings läror. Arbetet, i fem delar, omfattar alla grenarna av Lings gymnastik, således även den pedagogiska. Hans källmaterial har emellertid icke varit fullständigt, hans erfarenheter förskriva sig från Brantings tid, icke Lings, och dessutom ville han följa sin egen plan. I hans eget fädernesland insåg man, att Lings "system" i Rothsteins uppfattning blivit något annat än Lings.[1]

2 a. *Redskaps- och övningsförrådet i Lings friskgymnastik.*

En redogörelse för redskaps- och övningsförrådet är nödvändig, om vi vilja förstå Lings insats i den europeiska gymnastiken. I en inlaga från maj 1805 till akademiska konsistoriet i Lund, uppräknar Ling några redskap såsom önskvärda på fäktsalen, inrymd i den gamla, söder om domkyrkan belägna tegelbyggnaden; fäktsalen skulle ock tjänstgöra som gymnastik-

[1] Se Neue Jahrbücher f. Philologie u. Pädagogik. Neue Folge. Band 88, s. 65. Om tryckta skrifter av P. H. Lings lärjungar angående gymnastik och om några andra tryckta skrifter i samma ämne, se Tidsh. unders., I, s. 53 ff.

sal. Den upplevde onekligen en gymnastisk renässans genom Lings åtgöranden, och den torde förut ha varit ganska illa medfaren, såsom de reparationer antyda, som påyrkades. Av redskap och lösören funnos vid Lings tillträde blott: 1. st. gammalt furubord med fot under, 1. st. gammal Trädhäst, klädd med Läder, at voltigera öfwer — samt ett klädräck och ett floretträck. De begärda redskapen voro: 2 "ballancerbräder". 2:ne uppståndare av trä (språngställ), änterstång ("Trädstång"), 1 dubbel slingerstege ("Hängstiga"), 1 änterlina med knutar på, en d:o utan, voltigehästar, 1 större, 1 mindre, 2:ne fallselar (ett skyddsmedel vid äntring). Vidare upptog Ling på sin önskelista: större och mindre madrasser av "buldan" att använda bl. a. vid de första kroppsrörelserna på golvet. — Balansbrädan motsvarade Guts Muths Balancierbrett, (vår balansribba). De voro två, och den ena, "med jernhakar", utgjorde kanske ock en hävplanka eller bom. Den kunde hängas upp. Den dubbla slingerstegen, änterlinan med knutar på och fallselen ägde förebilder hos Nachtegall. Madrasser funnos ock hos Nachtegall. Guts Muths upptar icke de två förstnämnda redskapen. Om han använt de två senare, vet jag icke.

De redskap, som Ling önskade, uppsattes ock på hans fäktsal, som räkningarna å för denna utförda arbeten visa. Räkningarna äro publicerade av C. H. Norlander i "Ling i Lund". I en skrivelse, daterad Stockholm den 15:de oktober 1813, omtalar Ling, att staten "hittills" blifvit föga betungad med andra omkostnader för Gymnastiken vid Lunds universitet, än hvad första oumbärligaste inrättningarne fordrade. Dessa äro: 3:ne Änter Linor, 1. Slingerstega, 1. Häfplanka; 1. Änterstång; 2:ne Voltigerhästar; 2:ne Spring-bockar; samt några redan utslitna madrasser". De här angivna redskapen överensstämma icke fullt med dem, som inlagan 1805 och räkningarna angiva. — Med avseende å inlagan 1805 vill jag påpeka, att jag här (se följande avdelning) *måst revidera min uppfattning om redskapsbeteckningarnas betydelse* i förhållande till vad jag — till en del förslagsvis — gjort gällande i mitt arbete om Hjalmar Ling, 1939, s. 171 f. I Norlanders

framställning (a. a., s. 34 f.) finnas några misstag (se följande avdelning). De anförda redskapen äro icke de enda, som ha använts av Ling under den första perioden av hans gymnastiska verksamhet d. v. s. lundaperioden. När medlen tilläto, såsom vid den gymnastiska inrättning, som han iordningställde i Göteborg, tog han fler redskap i sin tjänst. I uppgifterna från Lund saknas redskap sådana som spännstolpen, vars senare motsvarighet ribbstolen är, pinnstolpen, vippmasten.

Om hans redskap och övningar i Göteborg få vi upplysning genom den förut omtalade Förtekningen över de övningar, som Ling ledde 1809 och 1810 i Göteborg, och den är som nämnt, reproducerad i Gymnastikfrämjandets årsbok, 1939. Innan jag så långt det är möjligt förklarar redskapen i nämnda förteckning i den ordning, vari de förekomma i denna, för att därpå söka förklara förteckningens rörelsebenämningar, så bör en allmän anmärkning göras om Lings redskap. Det pedagogiska momentet i hans gymnastik tyckes kritiken ibland anse sig behöva efterlysa. Man ser ofta en övervägande sjukgymnastisk tendens i hans friskgymnastik. Det är en felsyn. På Lings förståelse av friskgymnastikens krav kunna flera prov anföras, även från hans senare period. Här ett från en tidigare! Det lyder som så. "Gamle Lings anordning af redskapen var också i allmänhet en härmning af natur och verklighet. Sålunda voro icke blott sjömannens och ryttarens befordringsmedel, tåg och häst, representerade å gymnastiksalen utan äfven skogens träd och gärdesgårdar samt spången öfver strömmar hade der sin motsvarighet uti klätterstänger, slingerstegar och balancerbräden. Sjelfva bergens otillgänglighet var efterbildad genom motsträviga pinnstolpar".

Trots sin spekulativa läggning, som i Gymnastikens allmänna grunder fick ett typiskt uttryck, ödesdigert för den rätta uppfattningen av honom som gymnast, så ägde Ling ett starkt verklighetssinne. Det anförda om redskapen bär vittne.

Göteborgsförteckningen upptar nästan alla av Ling använda redskap. Det första redskap, som där möter oss, är

Förteckning
öfver
Gymnastiska Rörelserna
vid Contuberniern i Götheborg
under
Kongl. Academiens Fäcktmästarens Lings
anförande

1809

1 Elementar Rörelser

1 Tillsprång, anslag och Sats
2 Nedsprångs Rörelse
3 Balance på en fot bakåt
4 D:o — — framåt
5 D:o med Volt
6 Nedböjning på en fot
7 Balancering på händerna
8 Kullbytts Rörelse
9 Luft Kullbytt
10 Språng i Höjd och Längd
11 D:o i Djupet
13 Balance på en fot framåt med Volt

2 [illegible]

1 Gång
2 Enkel Ansittning under [illegible]
3 Balancering på en fot framåt
4 D:o — — Bakåt
5 Nedböjning på en fot
6 D:o på [illegible]
7 D:o på Hand
8 Volt

3 Lång Lina

1 Slag
2 Enkel Ansittning
3 Baklänges D:o
4 Ansittning med en hand
5 Volt Ansittning
6 Ansittning med [illegible]
7 Balancering på 2 Knä
8 D:o på 1 Knä
9 D:o — — i [illegible]

1810

1 Elementar Rörelser

1 Språng i längd baklänges
2 D:o med Volt
3 Gång på Händerna

3 Lång Lina

1 Ring Äntring
2 [illegible]
3 Volt [illegible] på ett Knä
4 D:o nedåt på ett Knä
5 Underäntring

Genom tillmötesgående av Svenska Gymnastikförbundet återges här en förut i "Gymnastikfrämjandet" 1939 införd "Förtekning", tillvaratagen av landsarkivarien G. Clemensson i Göteborg. Handskriften kan vara av P. H. Ling egenhändigt.

1809

4 Volt Lina

1 Volt
2 Armkrängning
3 Låg Ringning framåt
4 D:o d:o bakåt
5 Högringning
6 Bröstkrängning

5 Slak Lina

1 Häfning
2 Lätt Äntring
3 Fast Äntring
4 Äntring med blotta händerna
5 Balancering
6 Bröstkrängning

6 Dubbel Lina

1 Häfning
2 Enkel Äntring
3 Dubbel D:o
4 Krängning

7 Want

1 Gång
2 Krängning

8 Stege

1 Häfning i armarna
2 Gång
3 Hängning uppförde med [illegible]
4 Stiflad Hängning
5 Häftning för Mastern
6 Häfning med Händer
7 D:o med [illegible]
8 Vinkelgång med Knäerna
9 Horizontal Gång
10 Krängning

9 Fast Stång

1 Häfning i armarna
2 Äntring med knän och [illegible]
3 Äntring med blotta händerna
4 Krängning

10 Lös Stång

1 Enkel Äntring
2 Äntring på platt fot

11 Mast

1 Häfning
2 Äntring

12 Dubbel Mast

1 Äntring med delade händer
2 D:o med [illegible]
3 Skref Äntring [illegible]

1810

5 Slak Lina

1 Balance i ena armen [illegible]
2 Kamp

Dubbel Lina

1 Vinkelhäfning på [illegible]

8 Stege

1 Ned Hängning
2 Horizontal Hängning
3 Vinkel Hängning

9 Fast Stång

1 Balance i ena armen [illegible]
2 Vinkel Äntring (d:o)
3 Äntring med [illegible]

10 Lös Stång

1 Vinkel Äntring
2 Äntring med [illegible]

1809

13 Häf Planka

1 Enkel [illegible]
2 Dubbel Dito
3 Samfötig gång
4 Dito baklänges
5 Dubbel gång
6 Dito baklänges
7 Gång med Vinkel
8 Gång med Hand och Fot
9 Vågning
10 Half Volt
11 Hel Volt
12 Fot vågning
13 Häfning från all håll
14 Dito i [illegible]

14 Slät Planka

1 Häfning
2 Gång
3 Dubbel Gång
4 Volt
5 Spelohäfning

15 Spänn Planka

1 Spänning med anlöt och 2 Händer
2 Dito med 1 Hand och 1 Fot
3 Enkel Gång upp och ned

16 Skött Planka

1 Spänning med Händer och Fötter
2 Dito med en hand och en fot
3 Enkel Gång upp och ned

17 Häf Stolpe

1 [illegible]
2 [illegible]

18 Hästen

1 Häfning från 2 Händer
2 Dito från 1 Hand
3 Länd Språng
4 Sadel Språng
5 Länd Sadelsprång
6 Dito med Volt
7 Sadel Sadelsprång
8 Dito med Volt
9 Hals Sadelsprång
10 Dito med Volt
11 Sax i Sadeln
12 Dito från Länden
13 Cabrioler
14 Dito med Volt
15 Esquivolta
16 Dito öfver en [illegible]

1810

13 Häf Planka

1 Dubbel Volt
2 Bro Gång

15 Spänn Planka

1 Sköflad Gång upp och ned

18 Hästen

1 Ländsprång med en Hand (bakom [illegible])
2 Dito från Vinkel (dito)
3 Sadelsprång från Vinkel [illegible]
4 Ländsprång utan någon hand
5 Bara Ballance med en hand
6 Ballance från en bom
7 [illegible] i Sadeln
8 Öfver Cabrioler
9 Croupe häfning
10 Dito med Volt
11 Ballance med [illegible]
12 Hög [illegible]
13 Grande Språng
14 [illegible] Språng
15 [illegible]
16 Högt Ländsprång med Volt

1809	1810
17 D:o öfver 2:ne Bommar	
18 Högt Sidosprång	
19 Högt Sadelsprång	
20 D:o med Volt	
21 Sadel Skallbyte	
22 Länd D:o	
23 Bom D:o	
24 Hals D:o	
25 Ländsprång med Volt	
26 Sadel Öfversprång	
27 D:o med Volt	
28 Hals Öfversprång	
29 Bom Sattbrona	
30 D:o med Volt	
	19:de Vinkel Linie
	1 Enkel. Anföring rätt och vän
	2 Baklänges D:o
	3 Volt Anföring
	4 Slangeranföring
	5 Underanföring
	6 Anföring med blotta händerna
	7 Anföring med en hand
	8 Anföring med byglar

vippmasten. Den behöll rätt länge en plats i svenska gymnastiksalar och utgjordes av en rund eller oval stock, vågrätt anbragt på någon höjd över golvet genom stöd av lodräta stolpar åt den ena änden till — den andra kunde försättas i sviktande rörelse. Vippmasten användes bl. a. vid balansgång. Den är beskriven i Heidenstams och Hellströms handskrifter.

Linorna, representanter för sjömannens yrke, bilda ett kollektiv bland de gamla redskapen. De voro av flere slag: *Långlinan* var, som namnet antyder, en från taket halvcirkelformigt nedhängande lina (Tidsh. unders., I, s. 174). *Voltlinan* var en kortare mellan ett par stolpar nedhängande lina. En dylik är avbildad i en egenhändig teckning av Ling (ibid.) *Slaklinan* kan ej ha varit olik långlinan, och den torde vara samma lina som gick under namn av "slapplina" och beskrives såsom en i dess båda ändar i taket uppfästad lina; den "formerar nästan en halfcirkel" (Hellströms handskrift). I planen för uppsalagymnastiken omtalas "2 lång Slapplinor". — Hjalmar Ling meddelar (L. G. Brantings Efterl. handskrifter, Häft., I, 1882, s. 82, noten) följande: Såsom bekant är benämndes s. k. *hela* båglinan äfven slaglina (jfr slagbom och ordet slagäntring) slaklina, slapplina, våglina, o. s. v. *Dubbellinan* utgjordes av två lodräta linor, fästade på något avstånd från varandra.

Vant var ett sjömansredskap, infört i gymnastiken. Det var särdeles lämpligt att använda i en sjöfartsstad som Göteborg. Ett vant består, som bekant, av sidostöd till ett fartygs master och stänger och utgöres av snett, i vinkel mot masten, löpande tåg.

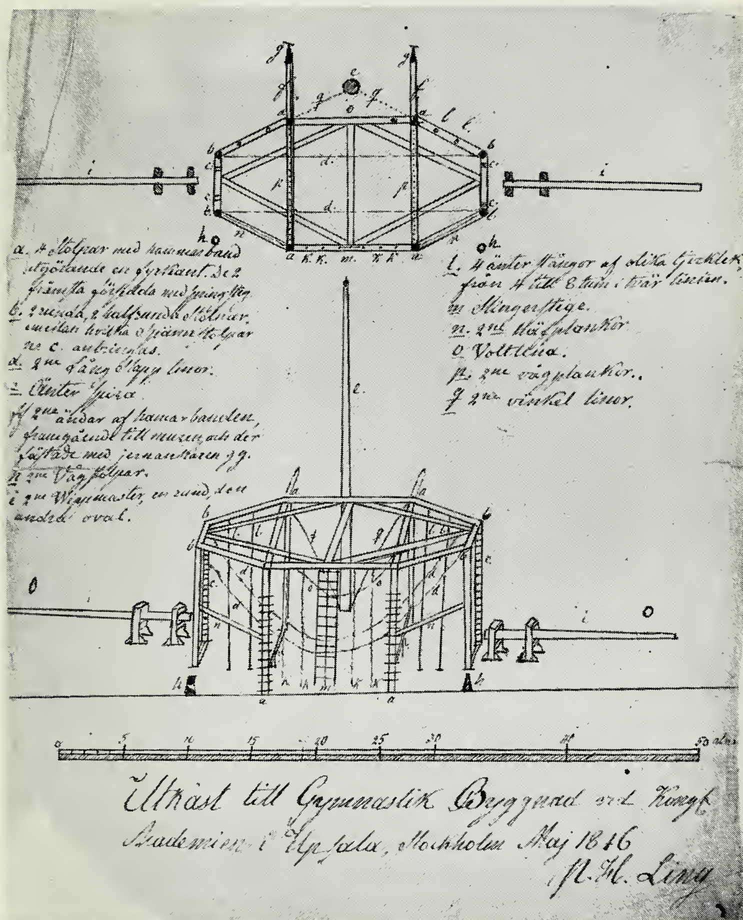
Vinkellinan var spänd från golvet uppåt och snett, så att den bildade vinkel med detta (se uppsalaplanen). Den kallades ock spännlina. *Kortlinor* voro vanliga lodrätt nedhängande linor. Göteborgsförteckningen upptar dem icke, men de återfinnas i en annan lingsk rörelseförteckning: "Anteckningar vid Öfningarna å Gymn. Centr.-Institutet" (Tidshist. unders., I s. 191). I en uppsats från senare tid, i Svenska gymnastikföreningens tidskrift för 1866, omtalas (s. 20) "långa och korta

lodlinor"; författarens uppgift synes beröra tiden "något öfver ett årtionde tillbaka" (s. 17) d. v. s. 1850-talet. A. B. Santesson upptar i sin lärobok från 1856 (s. 13) kortlinor; i ett brev, tydligen till Hjalmar Ling, uppger han, att kortlinor funnits i Lings gymnastiksal i Lund.

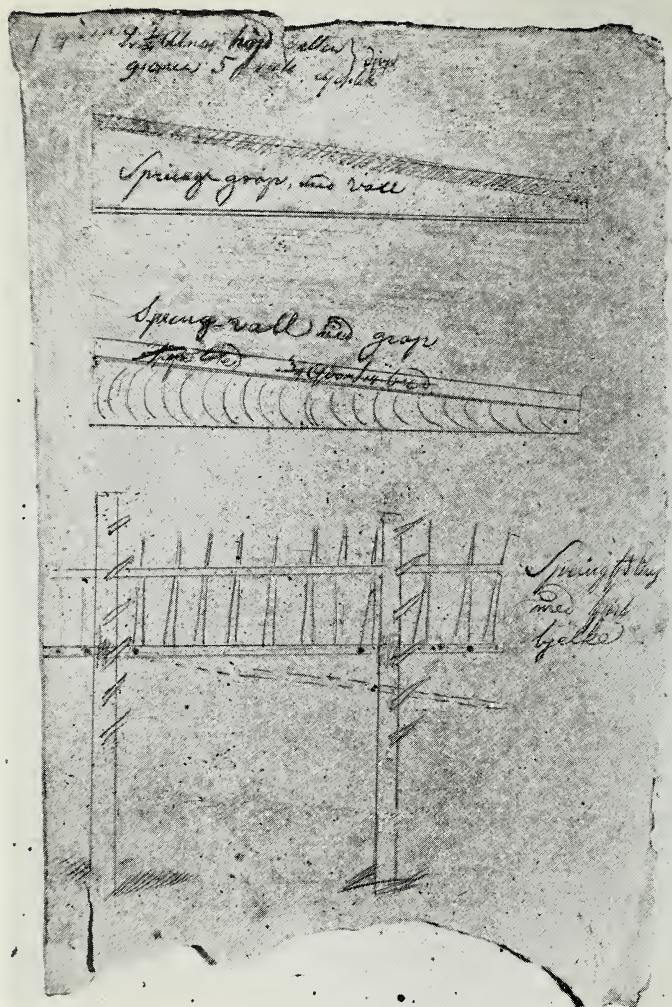
Stegen var en dubbelstege.

Fast stång, lös stång, mast, dubbel mast (jfr dubbellina) torde icke behöva förklaringar. Masterna voro av olika form: fyrkantiga master, runda master eller stänger av olika tjocklek, (enligt Hellströms handskrift). I Dahlgrens handskrift läser man följande beskrivning bland "gymnastiktillbehör": "Tvenne faststående stänger af ett dricksglas diameter, distancen mellan dem lika med en fullväxt persons bredd, tagen ifrån den ena armbågen och ryggen till slutet af den andra". Hellströms handskrift talar om "En lös bom, Mast, en runder stolpe af 6—7 alnars längd".

Hävplankan (se uppsalaplanen) erinrar om vår dubbelbom, när den bestod av två plankor. Den kunde ock utgöras av en enda. Plankorna, resp. plankan, voro anbragta snett horisontellt, således i någon lutning åt ena änden för att underlätta fattning för de mindre. Plankan eller om de voro två, den översta, var försedd med en inskärning i den övre kanten, "så bred och djup, att första leden af fingrarna rymmes där". Hellströms handskrift beskriver hävplankan sålunda: "en sluttande på tvern uppsatt plancka af cirka 7 alnars längd, dess öfversta yta försedd med en inskärning. Planckans dosering är en aln på sju och bör vara så högt uppsatt, att dess nedersta ända är 3 1/2 aln öfver marken. En aln öfver denna är en annan plancka i samma ställning och lutning, men utan någon inskerning (En rund doserande stock, hvaröfver finnes en fyrkantig stock utgör en annan slags hävplancka.)" — Dosering av dossera = slutta. — En annan sorts "planka" var den s. k. vågplankan (icke omnämnd i Göteborgsförteckningen men avtecknad i uppsalaplanen), som anbragtes mellan ett par stolpar på viss höjd över golvet. Den användes vid balansövningar liksom "vågstolpen" (icke heller upptagen i göteborgs-



Uppsalaplanen. Texten är av Gustaf von Heidenstams hand.



Ur en lingsk teckning säkerligen från Bonarpshed.

förteckningen, men i uppsalaplanen), en rätt låg stolpe, på vars övre ände den gymnastiserande stödde sin ena fot vid balanseringen; den kallades ock ”balanserstolpe”. Av balansredskap omnämner Ling i Saml. Arb. III s. 573, liksom i inlagan till akademiska konsistoriet i Lund, ”balanserbräden”. Hjalmar Ling omtalar i en konceptskrivelse angående ”Gamla gymnastiksalens nyinredning” en gammal ”rund häfplanka”.

Slätplankan har jag icke funnit beskriven. Antagligen utgjordes den av en bom utan någon inskärning sådan som hävplankans.

Spännplankan och *skottplankan* voro två sammanhörande redskap, som begagnades vid utförandet av en för Lings gymnastik karakteristisk rörelseform: spänningen. Händerna fattade om de vågrätt insatta pinnarna på en lodrät stolpe — vanligen kallad springstolpe (det förekommer också benämningarna ”pinnstolpe”, ”pinnmast”), medan fötterna togo spjärn mot urholkningarna i en annan stolpe. Kroppen kom sålunda vid spänningarna i ett horisontellt läge och kunde höjas och sänkas genom händernas och fötternas flyttning. Någon springstolpe omtalas icke i Göteborg, men den motsvarades där av antingen ”spännplankan” eller ”skottplankan”. Vilkendera som varit fäste för händerna, resp. fötterna, låter sig ej avgöra och frågan är ej heller av vikt. — ”Skottplankan” betecknar en planka, som var skjutbar (jfr skottdörr = skjutdörr, skottbräde = bräde, som skjuts för).

Benämningen *hävstolpe* förekommer icke eljest bland Lings redskapsbeteckningar. Dess funktion och konstruktion liknade säkerligen springstolpens. Heidenstams handskrift talar om pinnstolpen eller ”hävpinnarna”.

Till sist möta vi *hästen*. Gymnastikhästen på Lings tid var en *voltigehäst* och hade som sådan gamla anor. En dåtida beskrivning lyder: ”Hästen vanligen af Ek, är försedd med tvenne ifrån ryggen uppstående afrundade bommar, som äro af 9 tums höjd och med 14 tums afstånd från hvarandra. Sadeln utgöres af en lös dyna, som kan fastspennas med remmar, när så erfordras —. Flere hästar böra finnas, af olika storlek”.

(Hellströms handskrift). Det var således icke en sådan häst, som vi äro vana att se i våra gymnastiksalar. Också de övningar, som utfördes på dem voro andra än de på en nutida gymnastikhäst brukliga. En gammal gymnastikhäst: se Tidsh. unders., I, s. 115.

Ur en annan handskrift anför Hjalmar Ling bland redskap, använda i Göteborg, 1809: ”slätplanka, spännplanka, skottplanka, slagbom, springbom, tvärbom, puta m. m.” — Slagbommen var kanske avsedd för slagäntring. Springbommen var försedd med bommar, som fattades med händerna, vid horisontella hopp. Tvärbommen var väl en hävplanka. Bomputan är avbildad i O. Holmbergs Den svenska gymnastikens utveckling, 1939, s. 63.

Studiet av Lings redskap får sin betydelse bl. a. därigenom, att det bidrar att klarlägga hans ställning till föregångarna, Guts Muths och Nachtegall. Vissa redskap äro gemensamma för Ling och de andra, — helt naturligt, ty utan linor, stänger, master, hävplankor brukade icke redskapsgymnastiken bedrivas. Voltigehästen hade använts i långliga tider. Vippmasten var ett lån från föregångare. Även i specialiteter kan man påvisa likheter. Nachtegall använde, som nämnts, en lina med knutar för äntring och Ling i Lund en knutlina; hos Nachtegall finns ett ”glatt Toug” (jämte en ”glat Stang”) — hos Ling en slätlina. De två sistnämnda redskapen förekomma icke i göteborgsförteckningen.

Å andra sidan använder Ling nya redskap, såsom springstolpe, spännstolpe, vant m. fl. Ett redskap som plinten förekommer icke i göteborgsförteckningen, men Lings ”behandlingar” från lundatiden tyda på, att han använt plint. Om också någon använt plinten före Ling — det låg ju nära tillhands att begagna sig därav — så voro de rörelser, som Ling lät utföra å plinten, nya. Med nya redskap följde nya rörelser, t. ex. spänningarna vid spännstolpen.

Göteborgsförteckningens redskap visa, att Ling redan år 1809—1810 var inne på självständiga vägar. Liksom han frigjorde sig från *föregångarna* genom nya redskap, så stod han

i samma avseende oberoende i förhållande till *samtida* gymnaster. Att märka är att Jahn-Eiselen, Amoros, Clias redogjorde för sina redskap och sina övningar i arbeten, som utkommo senare än 1809—1810. Vi skola i det följande se prov på hur Ling avviker från föregångare och samtida.

Nu till själva *övningarna* i Göteborg! Beteckningen "elementarrörelser" har sin motsvarighet hos andra dåtida gymnaster, och Ling har tydligen lånat uttrycket, säkerligen från Guts Muths. Som namnet anger, voro elementarrörelserna förberedande övningar. Förteckningen lämnar ingen beskrivning på hur de utfördes, lika litet som på utförandet av de andra rörelserna. Jag hänvisar emellertid till vad Heidenstam har att säga om förberedande rörelser [1]. Han gör antydningar om rörelser, som ingått i den 1:sta, tyvärr förlorade avdelningen av sin framställning; antydningarna avse säkerligen förberedande rörelser. Elementarrörelsernas plats intogs med tiden av Lings fristående rörelser. Dessa ha varit föremål för åtskillig diskussion, beträffande härkomsten. De skulle utgöra ett lån från Pestalozzi-Niederers Elementargymnastik. Jag är av annan åsikt och jag återkommer till frågan.

"Balansering på händerna" och "Kullbytt-Rörelse" kommenteras av Ling själv i ett par anteckningar, återgivna av mig i Tidsh. unders., I, s. 201. Om alla de av Ling här angivna rörelserna verkligen av honom ha räknats som elementarrörelser är emellertid ovisst. Det var ganska krävande rörelser. Till balansering på händerna hörde: "1. Stå på händerna; 2. Med raka knä; 3. Med utdelade och böjda krökta knä; 4. Gång framåt; 5. Gång baklänges", m. m. — Kullbyttrörelsen omfattade ställningar som: "A. Huvudet på marken", "B. Huvudet från marken (Hjulning till h. o. v.; Kullbytt över armarna på 2 personer, med händerna på golfvet"; d:o "baklänges" m. m. Om "Luftspränget (Saltomortale)" säger Ling, att det "går utom Gymnast. gräns" (cit. efter. Tidsh. unders., I, s. 201).

Uttrycket "anslag" i göteborgsförteckningen står icke i den

[1] Heidenstams hs, mom. VIII. Likheter med Göteborgsförteckningens Elementarrörelser att observera.

betydelse, vari Guts Muths använde det tyska ordet ”Anschlagen” på tal om Elementarübungen, där ifrågavarande rörelse närmast liknade vår ”bibasis”. ”Anslag” betecknar här hos Ling händernas ansättande mot ett redskap såsom vid inledning till bundna hopp. I en handskrift (”Gymnastik för jägare”) talas det om ”anslag på springbom”. — Istället för ”tillsprång” i göteborgsförteckningen säga vi ansprång.

Efter elementarrörelserna följa i förteckningen rörelser vid de olika redskapen. Jag upprepar därför redskapens namn.

Av rörelser vid *vippmasten* är uttrycket ”gång”, dubbeltydigt, då det kan innebära såväl fattning med händerna som vanlig balansgång. Här tydligen den senare betydelsen, då den följande rörelsen betecknas som ”enkel äntring under masten”, d. v. s. vår ”våghängande slagäntring”. Rörelsen är beskriven i Heidenstams handskrift. Den sista rörelsen på vippmasten kräver också en förklaring. ”Volt” betyder vändning. Enligt Hellströms handskrift, no. 244, förekom en rörelse, som bestod i ”att vända sig stående på masten”. Göteborgsförteckningen upptar ”volt” och ”voltäntring” [= våghängande omslagsgång] på långlinan. Volt kan emellertid också beteckna ”överslag”.

Långlinan få vi tänka oss som en båglina, och ”slag” betyder den rörelse, som ingår i slagäntring. ”Enkel äntring”, den följande rörelsen, betyder ävenledes slagäntring (Heidenstams handskrift [1]). Rörelserna kunde icke gärna sammanfalla, varför ”slag” väl får antas betyda slagäntring på stället. ”Bakvänd äntring” = slagäntring med benen först. Rörelsen beskrives i Heidenstams handskrift: ”äntring baklänges — hufvudet nedåt och fötterna uppåt vända och således då förut”. Hellströms handskrift, no. 202: ”Äntring med benen förut”. ”Volt Äntring” = våghängande omslagsgång. ”Balansering på 2 Knä, resp. 1, och i vristen = att hänga i två eller i ett knäveck eller i fotvristen. Långlina *1810*. Uttrycket *Ringäntring* har jag ej funnit eljest, men ringning beskrives så: ”Man sätter

[1] ”Slapp lina”, hs II: 1.

sig på linan och fattar med en hand på hvardera sidan i densamma. Linan drages väl mot kroppen, som omstjelpes hastigt. Denna omsvängning kan göras än flera än färre gånger och man stannar slutligen i första ställningen" (duppletthandskriften). Ringningen kunde ske från vanlig sittande ställning på linan eller från en gränslande ställning på denna eller från stående ställning på linan (hög ringning?) (se Tidsh. unders., I, s. 192 no. 161 ff.; Hellström no. 210 ff.). "Kamp på linan" kallas nu kanske oftast brottning på linan. "Volt uppåt på ett Knä" och volt "nedåt på ett Knä" voro kanske former av omslagsgång. "Underäntring": ryggen emot linan (Heidenstams handskrift no. 12, Hellströms no. 203, A. B. Santesson: Handbok i pädagogisk gymnastik, 1856, s. 42). — Hjalmar Ling omnämner med stöd av något gammalt dokument bland "våghängande rörelser", "enkel och dubbel volte" på långlina (enkel på vippmast). Se Saml. Arb., III s. 666, noten.

Volt Lina. Volt torde väl här ha betydelse av överslag eller överkastning. De övriga rörelserna vid voltlinan synas ha utförts på följande sätt: "Armkrängning" motsvarar vad folkspråket kallar "kränga katt", "flå katt", "vränga käring" m. m. Händerna tillräckligt skilda hålla i linan, benen kastas opp och föras under linan bakåt och sedan nedåt — (Heidenstams handskrift [1]). Denna rörelse gick i Lings tid också under namnet Necken, — en originell motsvarighet till beteckningen Hafsfrun för "bröstkrängning". Benämningarna Necken och Hafsfrun härrörde förmodligen från Lings nordiskt mytologiska fantasi. Vad Hafsfrun eller "bröstkrängningen" angår, så utfördes den från samma utgångsställning som armkrängningen. Benen kastades upp mot linan, så att vristerna vidrörde denna, fötterna fördes bakåt, kroppen välvdes nedåt i bågform och huvudet uppåt emellan händerna, så att hela kroppen bildade en slags cirkel, välvd nedåt —. Om Necken och Hafsfrun: Heidenstams handskrift.

Uttrycken *låg* och *hög* ringning har jag icke funnit annorstädes än här i den lingska terminologien. Ringning, det må

[1] "Slapp lina", no 7.

påpekas, kunde, som nämnt, företagas från såväl sittande som stående ställning på linan: i förra fallet låg, i det senare hög ringning, antar jag. I båda fallen kunde rörelsen ske framåt eller bakåt; hög ringning benämndes även "hängande kvarnen" framåt eller bakåt. Vid hög ringning ställer man sig på linan, hållande den med händerna, drager linan väl intill kroppen, vinklar knäna, svänger sig omkring —. Om "hängande kvarnen"; Heidenstam: "Slapp lina," no. 16—17.

Slak Lina. Hävningen beskrives sålunda i Heidenstams handskrift, II, no. 13: "Första rörelsen eller häfningen. Man fattar linan så högt, att man knappt når marken med tåspetsarna, ansigtet vänd[t] nedåt linans lägre del, armarna utsträckta hvilka icke få krökas under rörelsen; (ty då förvandlas den ifrån ryggrörelse till armrörelse), derpå söker man att föra kroppen framåt, så att man fattar linan med knät, hvilket dock icke får ske genom gångning [gungning], utan af egen kraftspänning, derpå släpper man linan, återtar den hängande ställningen och gör om rörelsen, hvilket kan repeteras i mån af individernas förmåga". "En variation af denna rörelse, som är vida svårare är att verkställa den med ansigtet vändt åt linans högre ända för öfrigt verkställes den på samma sätt, som ofvan sagt är" (Heidenstams handskrift, no. 14). — "Lätt äntring", motsatt "fast äntring", synes mig betyda: vanlig slagäntring, resp. "krypning uppåt med att hålla benen stilla". Jfr. Tidsh. unders., I s. 192, no 168.

Balansering, möjligen = att ligga på linan. Jfr Tidsh. unders. I, s. 192, no 169. Bröstkrängning: jfr voltlina. — Slak lina, *1810:* kamp: jfr långlina, *1810.* I Lilljebjörn, Knut och Henrik: Hågkomster (andra uppl., 1911, s. 112) omtalas sistnämnda rörelse från Lings verksamhet på Karlberg. — Slak lina fanns på centralinstitutet ännu omkring 1900, enligt benäget meddelande av O. Kragh.

Dubbel Lina. "Enkel" och "dubbel" äntring höra till de ovanligare beteckningarna i den P. H. Lingska terminologien. I en senare tradition har jag återfunnit uttrycken, nämligen i A. B. Santessons Skolgymnastik (1866, s. 77). Enkel äntring

innebär enligt Santesson, att den gymnastiserande förflyttar sig genom att ömsa grepp med ena handen efter den andra; dubbel, att den gymnastiserande flyttar båda händerna samtidigt och utan att förändra deras inbördes avstånd. Detta har sin motsvarighet i Heidenstams handskrift, I, 3 "Äntring på dubbel lina, sker ock på två sätt, vid det ena fattar man en lina med hvardera hand, kroppen hålles aldeles rak och orörlig, händerna förflyttas, den ena efter den andra uppåt, tills man ernått målet; vid andra [sättet] ske[r] händernas flyttning på samma gång och lika långt för varje gång." Krängning har en modern motsvarighet i stuplodhängande äntring; jfr L. M. Törngrens Lärobok i gymnastik, 1907, s. 173. I en gammal skrift omtalas krängning som en äntring med benen förut: jfr. Tidsh. unders. I, s. 191, no 130. — Dubbel lina, *1810*: Winkelhäfning på Tårna = från tåstående ställning hävning med kroppen i vinkel.

Want. Uttrycket "gång" betyder väl att ta sig upp för vanten, krängning att slingra sig upp kring fotstegen längs redskapet.

Stege. Rörelserna vid denna torde icke behöva utförligare förklaringar. Gång är tydligen klivgång. "Skiftad slingring" betyder, att "eleven slingrar från den ena hälften af redskapet till den andra". (A. B. Santessons Handbok i pädagogisk gymnastik, 1856, s. 45). Stegen var en dubbelstege. — "Kastning på masten": ett språng från stegen till en mast i närheten. "Winkelgång med armarna": armarna böjda i vinkel. "Horizontel Gång": stegen kunde vara "upphissad horizontel": jfr Tidsh. unders., I, s. 195, no. 235 f. — Stegen, *1810*: "Sidslingring" måste väl vara lika med slingring kring stegens yttre stolpe. Så "Vinkel Slingring": kroppen i vinkel.

Lös stång. Äntring "på glatt fot" erinrar om folknöjet att klättra på såpad stång. Uttrycket är dunkelt. Nachtegall upptar bland sina redskap "en glat Stang" motsatt "ujevn eller barket Stang" — båda som klätterredskap: jfr Nachtegall Lærebog i Gymnastik, 1828, 1834, resp. s. 107 f., s. 18 f.

Dubbel Mast. Äntring "med delade händer" och med

"samlade" har en motsvarighet i termerna delad och samlad sats. Jfr Lings gymnastikreglemente, 1836, s. 96 f. Äntring med delade händer betyder således, att den ena handen föres efter den andra, samlade händer, att båda händerna flyttas på en gång.

Häf Planka. Konceptet till göteborgsförteckningen talar om enkel och dubbel *hävning*. Om skillnaden mellan enkel och dubbel äntring, jfr dubbellina. — "Dubbel gång" motsvarar *kanske* vad som i Heidenstams handskrift V no 9 kallas "plankgång med hoppning" = mothävhängande kastsides förflyttning. Plankgång: händerna fatta plankan på en och samma sida eller på hvardera sidan (a. st., no. 7,8). "Gång med Vinkel": kroppen i vinkel, "vinkel i magen". "Gång med Hand och Fot": ett ben kunde läggas upp på plankan, "Wägning" betyder balans. I L. G. Brantings Efterlämnade handskrifter (h. 1, 1882, s. 16) heter det: "Balans, någon gång — återgifvet med uttrycket *vägande*"—. Egentligen betecknar detta ord i Brantings 'behandlingar' att stöda hela kroppen "blott på *en* tåbalk eller på den främre delen af ena fotsulan —". Skillnaden mellan Wägning och ett följande Fot Wägning är mig okänd. Häfning på ett knä och på sluten Vrist betyder, antar jag, att hänga i ett knä, resp. i vristen och från denna ställning lyfta kroppen uppåt. — Häf Planka *1810:* Kors Gång: Händerna flyttas korsvis.

Slät Planka. "Dubbel Gång": jfr ovan rörelserna på hävplankan och vid dubbellinan! "Spitshäfning" = hävning på fingerspetsarna: jfr Tidsh. unders. I, s. 190, no 108: Häfning på första fingerleden.

Spänn Planka och *Skottplanka.* Av de för dessa redskap anbefallda rörelserna, vid vilka kroppen befinner sig i horisontellt läge, torde man bäst kunna göra sig en bild genom Hellströms beskrivning i hans handskrift: no 35, ff.

Häf Stolpe. Om "prässrörelser" talar Ling i Gymnastikens allmänna grunder (Saml. Arb., III, s. 530). Kroppen intog vid dem en vågrät ställning och de voro avsedda att verka "på mellangärdets medelpunkt, och på tarmarna". Vi ha här ett

gott exempel på, hur Ling utvidgat sitt rörelseförråd i förhållande till föregångare och samtida. På "drivrörelse" har jag icke funnit någon beskrivning. Den stod synbarligen i samband med pressrörelsen.

Beträffande de många övningarna på voltigehästen skulle en beskrivning av dem föra oss för långt, och blott bli en uppräkning av vad som meddelas i Heidenstams handskrift och i Hellströms. Den sistnämnda innehåller en utförlig redogörelse för voltigeövningar.

Voltigen, tillhörande de s. k. ridderliga övningarna, hade gamla anor vid universiteten. Själva redskapet synes ha kommit från Italien en gång i tiden; övningarna torde ha franskt ursprung. Ling hade som uppgift att undervisa i voltige, då han erhöll fäktmästarsysslan i Lund, och han skrev till sin danske vän Werlauff för att få sig tillsänd en lärobok i ämnet. Ling kan ha voltigerat redan under studietiden, i Lund och Uppsala eller i Stockholm. Det kan man onekligen läsa ut ur brevet till Werlauff, där det heter: — "jeg har, desværre! næsten tabt al Færdighed deri" — i voltigen. Orden tyda på att färdigheten förvärvats under ett skede, som låg ett stycke tillbaka i tiden. Brevet är daterat Lund den 6 januari 1805. — Voltige idkades vid Nachtegalls institut så tidigt som 1803, men Ling kan, som sagt, ha varit insatt i den konsten ännu tidigare. Upplysning om voltigens metodik kunde han få från flere håll. I ett reglemente från 1805 talar Nachtegall om voltige. Guts Muths hade åtskilligt att säga därom i sin Gymnastik från 1804. Vieth i sin tidigare utgivna Encyklopedie likaledes. Liksom Guts Muths bok i andra avseenden varit av betydelse för Ling, kan den ha varit så även ifråga om voltige. Man kan påpeka överensstämmelser mellan Guts Muths voltigeövningar och övningarna i Lings göteborgsförteckning. Exempelvis finner man motsvarigheter till Lings Sadel Språng, Hals Nedsprång, Länd Språng, Esquilette. Jfr Guts Muths a. a., s. 229 ff. [1] — Rätt kuriös förefaller beteckningen "stiljett" hos Heidenstam

[1] Guts Muths Gymnastik *1793* citeras efter omtrycket *1893*.

istället för esquilette. Stiljett möter även senare i svensk gymnastisk litteratur. I L. M. Törngrens lärobok (2:dra uppl., 1907, mom. 905) läser man följande förklaring av övningen: "I den jämnvägande ställningen på höga träsadlar utföras jämnvägande benförningar (s. k. stiljetter) —".

I sin Lærebog i Gymnastik, 1834, använder Nachtegall genomgående danska benämningar vid behandlingen av voltigen. I Jahn Eiselens Die deutsche Turnkunst förekomma blott tyska beteckningar.

Voltige kan naturligtvis också bedrivas på levande häst, såsom fallet var i Lings dagar och även senare. Numera är väl denna verksamma övningsform så gott som kommen ur bruk, även om en och annan art av den lever kvar på annat redskap. Gymnastikhästen, varå voltigen bedrevs, är avbildad i Tidsh. unders., I, s. 115. Den dubbla användningen — på trähäst och på levande häst — hade voltigen utom hos Ling även hos andra dåtida gymnasiarker. Så heter det i Clias' Anfangsgrründe der Gymnastik oder Turnkunst (1816, s. 128 ff.): Voltigieren auf dem hölzernen Pferd, Voltigieren zu Pferde oder Einleitung zu der Reitkunst.

Enbart Göteborgs och Lunds redskapsförteckningar täcka i huvudsak Lings gymnastiska apparelj. I Gymnastikens allmänna grunder (Saml. Arb., I, s. 573) räknar Ling upp redskapen vid en gymnastikinrättning; där förekommer *plinten,* som icke fanns i Göteborg men som tydligen användes vid "behandlingar" i Lund; vidare *springvall* och *springgrop,* som ej återfinnas i förteckningarna från Lund och Göteborg. Vidare finner man i Gymnastikens allmänna grunder *simbrygga* och *simgördel.* Ling hade simövningar i Lund vid Höje å och i Göteborg och även ute vid Karlberg.

Vi ha ännu några lingska redskap att omnämna. Hjalmar Ling meddelar, som tillägg, att i den handskrift till göteborgsförteckningarna, som han hade tillgänglig, "nämnas slätplanka, spännplanka, skottplanka, slagbom, springbom, tvärbom, puta m. m." (Saml. Arb., III, s. 743, noten). Av dessa återfinnas

de tre första i göteborgsförteckningen, och jag har redan kommenterat dem. Slagbommen var, synes det, en bom å vilken "slag", slagäntring kunde ske. Springbommens användning beskrives så i Svenska gymnastikföreningens tidskrift 1866, s. 27: Man fortskaffar sig öfver en springbom antingen mer eller mindre horisontellt eller lodrätt med benen mellan eller utom bommarna eller cirkelformigt medelst kullerbytta. Således en bom med träsadlar på. Santesson i Handbok i Pädagogisk gymnastik, 1856, (s. 13) uppräknar bland redskap springbommen. Tvärbommens utseende kan ge anledning till gissningar. Som namnet antyder, sattes den eller satt den tvärs över gymnastiksalen eller i ett hörn därav. Ling själv upptar stänger, begagnade som springbom (Saml. Arb., III, s. 662). Nachtegall använde en "løs Stang," då man skulle hänga i händerna; stången kunde fastsättas och löstagas (Lærebog i Gymnastik, 1834, s. 20). Bland redskap som Hjalmar Ling upptar från gymnastiska centralinstitutets "välbekanta machineri" (i Pedagogiska föreningens discussion över skolgymnastiken, bih. no 3, 1859, s. 3 f.) är det endast en bock för språng, som icke återfinnes i P. H. Lings egen redskapsförteckning i Gymnastikens allmänna grunder. Beskaffenheten av vippmastbocken eller mastbocken och av mastkranen — som även omnämnas av Hjalmar Ling — synes mig icke tydlig.

Samme sagesman anför i noter till Förslaget 1820 ytterligare några P. H. Lingska redskap. I tillämpliga delar har förslaget också varit avsett för skolor, såsom överskriften anger: Gymnastik för Krigsmän och Skolor till ledning Exercitiemästare. Då redskapen förekomma i ett förslag, kan man emellertid ej äga visshet om i vad mån de varit i bruk.

Redskapen ifråga, omnämnda av Hjalmar Ling, äro: för jämviktsrörelser: florens kant (floren var en upphöjning i golvet), flatskiva, kantskiva, stänger, stängselgårdar, gevär, o. s. v. (Saml. Arb., III, s. 666 noten). Flatskiva och kantskiva voro måhända en motsvarighet till vår balansribba. Som redskap anföras ock av P. H. Ling själv i texten: stafvar, gevär, pik,

remmar, stänger begagnade som springbom, trähästar o. s. v." (Saml. Arb. III, s. 661 f.). Remmarna användes för hopprörelser, t.ex. hopp baklänges eller volt över en rem såsom Hellströms handskrift upplyser. Samma handskrift omtalar "lösa Linan" för språng, då linan kringfördes, och för dragning med linan (dragkamp). I Dahlgrens handskrift finner man "2:ne klubbor" bland tillbehören. Om vi härtill lägga i Gymnastikens allmänna grunder upptagna plintar och madrasser (Saml. Arb., III, s. 573), så torde tillräckligt vara sagt om redskapen.

Sammantagna bilda de P. H. Lingska redskapen ett omfattande komplex. Utom i de angivna handskrifterna — inlagorna i Lund, göteborgsförteckningen, Heidenstams och Dahlgrens handskrifter och i Förslaget 1890 — äga vi, som sagt, en förteckning av Ling på redskap för en Gymnastikinrättning. Se Gymnastikens allmänna grunder, Saml. Arb., III, s. 573. Om de tyska redskapen barr och räck, som varit sedda i en svensk gymnastiksal från gammal tid (Se Gymnastiska centralinstitutets historia, 1913, s. 25, not 1) och som av C. A. Georgii och C. F. de Ron framhålles som *under vissa förutsättningar användbara för svenska gymnaster*, saknas uppgifter i de aktstycken om P. H. Lingska redskap, som jag lyckats uppbringa, — om jag frånser Heidenstams "Parallela bommar", omtalade i hans handskrift såsom "tvänne ovala stänger" eller "Parallela Horizontal stängorna". — Svensk gymnastik har en ersättning för de tyska redskapen i bommen, då det gäller att utföra vissa prov på skicklighet. — I H. F. Massmanns bok P. H. Lings Schriften über Leibesübungen förekommer (s. XV) en uppräkning av redskap å centralinstitutet i Stockholm.

Ling ivrade för gymnastik i fria luften. "I fria luften böra öfningarna ske om sommaren; och lekar med snöbollskastning, skridskolöpning, kälkfart m. m. ske om vintern. Luften är allt lefvandes hälsobrunn". (Saml. Arb., III, s. 572). I ett utlåtande från oktober 1813, då Ling lämnat Lund, underströk han sin önskan om en gymnastisk inrättning i det fria, något som han under sin verksamhet i Lund icke haft tillgång till, även om vissa övningar ha företagits på planen utanför fäkt-

och gymnastiksalen. Ling skriver: "Oumbärlig är en Gymnastisk anstalt under öppen himmel. Platsen dertill bör hälst väljas, der några träd finnas". En plats med träd anbefalldes antagligen därför, att den skänkte skugga och därför att redskap kunde anbringas på trädens grenar. Samma anbefallning förekommer hos Guts Muths. Vidare borde planen i det fria vara stor nog för att ge rum åt en bana av "minst 20 famnars längd och 10 famnars bredd. Springgropar och Springvallar ["spring" här lika med språng] böra der äfven anläggas". Om man så vill, kan man se förebilder till springgropar och springvallar i ett par av Guts Muths anvisningar för språngets utförande: Gymnastik für die Jugend, 1804, s. 214, teckningen; s. 218: eine Erhöhung von Erde aufgeworfen. Ling yrkar också på simdammar, och föreslår även en simbrygga vid Höje å, ett stycke utanför Lund. "Hvad angår platsen för en Gymnastisk inrättning under öppen himmel torde den bäst kunna utökas antingen på Lundegård eller vid sydöstra hörnet af Paradis-lyckan" [norr om Lundagård]. — Med avseende på banan i det fria kan nämnas, att även Dahlgrens handskrift upptar en sådan: en sandbana för kappspringning sommartiden. Å Frimurarebarnhusets gård i Stockholm upprättades på Lings förslag en gymnastikinrättning i det fria. I parken vid Karlberg, där Ling var lärare, anskaffade han en gymnastikställning, och i den närbelägna sjön lades en brygga att användas vid kadetternas simövningar (Gymnastiska Centralinstitutets historia 1913, s. 78). Simbrygga eller simgördel omtalas, som nämnt, i Gymnastikens allmänna grunder. — Med fullt fog har E. Nerman gjort det allmänna påpekandet, att Ling uppskattade övningar i det fria, även idrott (Tidskrift i Gymnastik 1926, h. 7, s. 155). Lings beundran för norrlänningarnas och lapparnas skidfärder är ett exempel (Saml. Arb., III, s. 634).

Undersökningen av Lings redskap och övningar, särskilt hans göteborgsgymnastik, 1809—1810, är av mer än ett blott historiskt intresse. Den framhäver ock ett par fakta av principiell betydelse, nämligen:

1. *Lings friskgymnastik var icke och blev icke* — se Hellströms handskrift — *under hans fortsatta verksamhet någon variant av sjukgymnastik, lika litet som den var eller blev en soldatgymnastik, utom då den så skulle vara.* Det är en missuppfattning, att tro vare sig det förra eller det senare. Visserligen införde han med tiden fristående övningar med deras militära element i skolgymnastiken, men dessas pedagogiska värde torde rättvisligen ej kunna underskattas.

2. *Ling visar sig vid tiden ifråga* (1809—1810) *vara inne på självständiga vägar.* Ett förbiseende av detta har lett till missuppfattning. — Vill man lättast finna ett bevis för att han framträdde självständigt redan under lundaperioden (1804—1813), behöver man blott studera de av honom använda "behandlingar", som bevarats från nämnda tid och som äro återgivna i mina Tidsh. unders., I, s. 122 f.

3. *Brist på "Gewandtheits- und Geschicklichkeitsübungen namentlich an den Geräten"* tillvitas Ling som en principiell svaghet i bl. a. W. Reins stora, för allmän spridning avsedda Encyklopedisches Handbuch der Pädagogik.

I göteborgsförteckningen råder ingen brist därpå, icke heller i den hellströmska handskriftens uppgifter, lika litet som i Gymnastikens allmänna grunder. En annan sak är, att Ling av omständigheternas och sparsamhetens makt ofta måste begränsa antalet redskap och t. o. m. undvara dem.

Som en källa för kännedomen om Lings göteborgsgymnastik torde vi även böra betrakta den gymnastiksång han skrivit. Jag har behandlat den i boken om Hjalmar Ling, 1939, s. 173 f. Liksom ifråga om redskapen i Lund har jag måst ompröva min uppfattning om redskapen i gymnastiksången, och jag hänvisar till vad jag har att säga i avd. IV: 2. Gymnastiksångens *vant* synes mig berättiga oss hänföra den till Lings besök i sjöfartsstaden Göteborg. Redskapen, som omnämnas i sången äro färre än i förteckningen, och möjligen har den använts även i Lund, där något redskap som *vant* icke finns upptagen i Lings inlaga. För fullständighetens skull bör jag

erinra om S. A. Leijonhufvuds beskrivning i hans Minnesanteckningar, 1919, s. 66.

Från arkiven i skilda landsortsläroverk kunna nog en och annan uppgift om lingska redskap framletas, men jag tror knappt, att de medföra uppgifter om nya redskap.

2 b. *Lings redskaps- och rörelseförråd och jämförelser mellan Ling och andra dåtida gymnaster.*

Källornas uppgifter om redskapen äga ett betydande värde för uppfattningen om den lingska gymnastikens egenart. De erbjuda fasta jämförelsepunkter med föregående och samtida gymnaster. Även övningsförrådet lämnar ett viktigt material till jämförelsen. Jag använder såväl redskap som övningar för att sammanställa Ling med andra dåtida målsmän för gymnastiken, en sammanställning, som förut icke blivit gjord i någon utsträckning. Vad övningsförrådet angår, är detta så omfattande, att det icke i alla detaljer kan utnyttjas, utan allt för tröttande uppräkningar. Man måste anlägga en allmännare synpunkt än detaljjämförelsen. Till Lings föregångare höra Guts Muths och Nachtegall, Pestalozzi och Vieth, till hans samtida främst Friedrich Ludwig Jahn, Tysklands Turnvater, vidare Amoros, Clias.

Guts Muths är den förnämste målsmannen för den gymnastiska renässans, som i den senare hälften av 1700-talet började i Tyskland och vars första märkliga litterära produkt var Guts Muths 1793 utgivna Gymnastik für die Jugend, som utkom i ny upplaga 1804. Arbetet, som är Europas, och jag antar världens, första lärobok i gymnastik i ordets moderna mening, vann europeisk spridning, och det är värdefullt både ur pedagogisk och kulturhistorisk synpunkt. I ett senare arbete, Turnbuch für die Söhne des Vaterlandes, 1817, berättar Guts Muths i bokens Vorbericht om den anspråkslösa början, som utmärkte hans banbrytande verksamhet. Det var i Schnepfenthal, nära Gotha, nere i Thüringen, som denna be-

gynte. Där ledde Chr. Gotthilf Salzmann en filantropin, en sorts dåtida reformläroverk. ”År 1785 kom jag som yngling till Schnepfenthal, där förde mig Salzmann till en vacker plats med orden: Här är vår gymnastik. På detta ställe, vid randen av en liten ekskog, framväxte så småningom den tyska gymnastiken; en äkta tysk man sådan som Salzmann gav där ett skydd åt gymnastiken”. Framgång följde ansträngningarna. ”Landsmän och utlänningar, föräldrar och uppfostrare, folk av varje stånd infunno sig nästan dagligen vid övningarna på platsen ifråga —”. Vidare berättar Guts Muths, att gymnastiken spriddes till Danmark, och så fortsätter han: ”Von Dänemark aus ist, wie ich höre, der Anfang im benachbarten Schweden gemacht”. I året 1817, då denna Vorbericht publicerades, hade gymnastiken i Sverige hunnit så pass långt i sin självständiga utveckling, att om Guts Muths hade fått se den, hade han kanske förvånats och icke känt sig hemmastadd. Ling var då i full verksamhet på sitt institut i Stockholm.

Att Ling tagit intryck av Guts Muths, framgår av en jämförelse; den visar ock olikheterna, som med tiden blevo så stora, att man måste leta ivrigt i Lings tryckta skrifter för att finna likheter med Guts Muths. Dennes första arbete utkom, som nämnt, 1793; ur tidssynpunkt kan således Ling tänkas ha stiftat bekantskap med den tyske pedagogen före köpenhamnsvistelsen (1799—1804). Han kan ju ock tänkas ha intresserat sig för kroppsövningar före köpenhamnstiden.

I annat fall har det ena som det andra skett under åren i Köpenhamn, då Ling besökte Nachtegalls gymnastiska institut, där Guts Muths rörelser övades. Härför tala följande skäl. Under sin stockholmsvistelse, före färden till Köpenhamn, nämner Ling visserligen om ridning ett par gånger i brev från 1797, varav man kunde sluta sig till ett hos honom vaknat intresse för kroppsövningar. Ridningen nämnes emellertid ur hälsosynpunkt, ”för mit brösts vederfående”; den var en icke ovanlig hälsokur i de dagarna, och man kan i varje fall enbart av Lings intresse för den icke draga den slutledningen, att han redan då, före köpenhamnstiden, varit inne på reform-

planer inom kroppsövningarnas område. Av vad vi känna från hans barndom och skoltid är det studierna, de intellektuella idrotterna, som fängslat honom. Att döma av hans brev från 1790-talet är det litterärt författarskap, jämte privat lärarverksamhet i språk, som sysselsätter honom. Därför behöver han icke ha varit obekant med de strävanden till gagn för kroppsuppfostran, som gjorde sig gällande i Sverige under 1790-talet.

Före Köpenhamnsvistelsen har han emellertid icke gett oss något *prov* på ett friskgymnastiskt intresse. Den särskilda form av uppfostran, som modern gymnastik innebar, synes ännu ha varit honom okänd, då han i juli 1799 kom till Köpenhamn. Det kongl. bibliotek tyckes ha varit hans närmaste mål. Den 25 juli gjorde han där sitt första boklån, Skandinavisk Museum, enligt bibliotekets protokoll. Enligt E. C. Werlauff (Frey, 1848) kom Ling till Nachtegalls institut först sedan han börjat med fäktning, den traditionella kroppsövningen, hos två franska emigranter. Samma uppgift hos Joakim Larsen.

Återkommen till Sverige, till Lund, framträder han som gymnastikens målsman. Våren 1805 lämnar han ett otvetydigt bevis härpå, i det han i sin förut omtalade inlaga till det akademiska konsistoriet framhåller "den nytta som den studerande Ungdomen kunde vinna, om de Gymnastiska Öfningarna understöddes af en bättre inrättning i öfverensstämmelse med hvad de äro i andra länder". — Hittills var det enda gymnastikredskapet på fäktsalen en voltigehäst.

Att Lings intresse för den nya form av uppfostran, som gymnastiken innebar, hade väckts i Köpenhamn, är en uppfattning, som går igen hos hans samtid och hans närmaste efterföljare. Så hos Gustaf von Heidenstam, hans medarbetare i Lund, hos P. J. Liedbeck, hans svärson, hos Hjalmar Ling, hos Werlauff, hans umgängesvän i Köpenhamn. Jag torde återkomma till traditionen i fråga i en följande, biografisk-litterär del av detta arbete. För min del har jag svårt att icke godtaga traditionen ifråga av ovan angivna skäl. Motivet till sin köpenhamns-

resa och sitt studieuppehåll i den danska huvudstaden har Ling icke röjt för oss. Det kan ha varit en ungdomlig lust att se sig om, som drivit honom dit.

I Köpenhamn verkade på denna tid Franz Nachtegall — hans fullständiga förnamn var Vivat Victorius Franciscus. Nachtegall studerade ursprungligen teologi, men avbröt dessa studier 1798 och ägnade sig åt gymnastiken. "Han blev den selvskrevne Leder af ett s. A. oprettet Gymnastisk Selskab, fik n. A. faste Timer ved Hovedstadens fornemste Skole, Hofpræst Christianis Filantropin paa Vesterbro, og senere ved flere andre Skoler, og 1799 oprettede han selv et Gymnastisk Institut, det første af sin Art i Europa". Bland dem som deltogo i institutets övningar var också Ling, som i Köpenhamn även tog undervisning i en annan sorts kroppsövning, fäktningen, hos ett par franska emigranter, som redan nämnts. På Nachtegalls institut tillämpades Guts Muths gymnastik. Själv var han ingen nydanare ifråga om redskap eller rörelser. Hans praktiska förmåga var däremot obestridlig. Joakim Larsen har belyst hans ställning i en uppsats liksom J. Lindhard.

Att Ling tagit intryck av Guts Muths och i någon mån av Nachtegall, framgår av en jämförelse mellan honom och dem; av en jämförelse framgår ock olikheten mellan Ling och de andra. Att Guts Muths bildar den gymnastiska utgångspunkten för Ling framgår bl. a. av den subskriptionsanmälan å en Lärobok i Gymnastik, vartill han inbjöd år 1808. Läroboken skulle innehålla dubbelt så många övningar som Guts Muths' lärobok. Boken utkom emellertid icke. På Guts Muths som utgångspunkt pekar också den handskrivna översättning av hans Gymnastik für die Jugend, upplagan 1804, som finns bland Lings gymnastiska kvarlåtenskap. Säkerligen har Ling icke stått utanför översättningsarbetet, som visar olika handstilar, av vilka en *kan* vara Lings. —

Om icke förr så har Ling i Köpenhamn lärt känna Guts Muths. Dennes första arbete utkom 1793; ur tidssynpunkt

kan Ling således tänkas ha stiftat bekantskap med Guts Muths före Köpenhamnsvistelsen såsom påpekats.

Nachtegalls betydelse för Lings gymnastiska uppfattning får icke överskattas, såsom fallet ibland synes vara inom linglitteraturen. Ett uttalande av Guts Muths om gymnastikens utbredning från Danmark till Sverige, anfört i det föregående, får naturligen icke tolkas, som om det varit Nachtegalls förtjänst, att det nya uppfostringsmedlet infördes hos oss. Nachtegall gillade förvisso en sådan tolkning. Han betraktade sig som gymnastikens fader, icke blott i Danmark, utan också i Sverige. Därom skvallrar hans skrift Gymnastikkens Fremgang i Danmark. Han glömde eller var ovetande om, att ärkebiskop Lindblom i Sverige, då det gällde gymnastikens införande i vårt land och då han förde dess talan inför det kungliga majestätet, visserligen hade mottagit gymnastiska direktiv från Danmark, men att den drivande kraften för gymnastikens sak hos oss var en svensk fäktmästare. Om dennes gymnastik fällde Nachtegall ringaktande omdömen. Ett prov därpå är hans skeva omdöme om Lings gymnastikreglemente av 1836. Han uppskattade eller uppfattade icke den utveckling, som gymnastiken genomgått, tack vare den svenske fäktmästarens uppfinningsrikedom; än mer, Nachtegall har med stor sannolikhet mottagit impulser från Lings gymnastik. Joakim Larsen och K. A. Knudsen ha i behandlingen av spörsmålet Ling—Nachtegall båda pekat på den stora sannolikheten härför.

Som bekant uteslöt Ling i reglementet många rörelser, som han kunde medtagit, om icke vederbörande på militärt håll ogillat dem såsom farliga för uniformen. Ling måste begränsa sig till fristående och stödrörelser. Jag vill här inskjuta en anmärkning. När jag en gång skrev ”att med enkla medel nå stora verkningar är ju en av de största bland alla konster” och ”att i det hänseendet har Ling nått längre än såväl sina föregångare som senare tiders gymnastiska märkesmän”, så hänsyftade jag bl. a. på hans fristående övningar, och jag vidhåller mitt omdöme trots kritik.

Vilken var nu Lings inställning till Guts Muths? Låt oss först jämföra Lings redskap och Guts Muths'. Man finner likheter, men ock bestämda olikheter. I sakens natur ligger, som jag antytt, att en del redskap äro gemensamma för all redskapsgymnastik. Redskap som vippmast, voltigehäst användas av både Ling och Guts Muths. Likaså klätterredskap (mast, stång, lina) och språngredskap som stav och språngställ. Vidare, för balansövningar, balansstolpe och balansbräde — allt likheter, som framkallades av de använda övningsformerna, former, som med delvis andra redskap förekomma än i dag. — Linorna som klätterredskap äro hos Ling av flere slag än hos Guts Muths, hos vilken jag icke har funnit någon båglina, icke heller voltlina eller vinkellina; de två senare förekomma på uppsalaplanen, voltlinan, som nämnt, också på en annan av Ling utförd teckning (Tidsh. unders., I, s. 174) — en lina (ett rep) avsedd för övningar, medan den kringföres, anbefalles av Guts Muths. I Hellströms handskrift fyller "lösa Linan" samma funktion, såsom vi sett. Guts Muths använde en "Querbalken", en snett liggande bjälke på viss höjd över golvet, nertill försedd med "Fusstritt" för att underlätta fattningen. Det var en motsvarighet till Lings hävplanka, som emellertid var annorlunda konstruerad (se ovan göteborgsförteckningen och ritningen i Tidsh. unders., s. 174). "Querbalken" bestod av *en* planka, vilken liksom *Lings* ena var avrundad upptill, (Gymnastik für die Jugend, 1804, s. 304). — "Vågstolpen" (balansstolpen) hos Ling hade sin motsvarighet hos Guts Muths (Gymnastik für die Jugend, 1804, s. 360: das Stehen auf einem Pfahl). — Ett redskap hos Guts Muths, som icke förekommer hos Ling, är en stötapparat, d. v. s. en bjälke, som roterar kring en axel och är fästad i en upprätt stående påle; genom att ge bjälken en eller flera stötar övade man sig i vad författaren kallar "das Stossen" (a. a., s. 267.). Det var ett slags motståndsrörelse, om man så vill. Som motsvarighet till grekernas hantlar använde Guts-Muths "Stäbe von Tannen-holz"; med dem åstadkom han lyftövningar (a. a., s. 260). Nachtegall använde ett liknande redskap, som han kal-

lade Løftestænger. Ling anförde tyngder bland de gymnastiska tillbehören (Saml. Arb. III, s. 493). I förslaget 1820 nyttjas geväret som en tyngd, (Saml. Arb. III, s. 662, noten), i Dahlgrens handskrift lägger man, som nämnt, märke till "2:ne klubbor". Under rubriken "Balansieren fremder Körper" anbefaller Guts Muths en med kula försedd käpp. Till redskapen förde han också gungbräde, styltor, skridskor (Gymnastik, 1804, s. 367, s. 370). Slunga, båge, eldvapen förekomma ock hos honom. Under Lings läraretid på Karlberg anskaffades, som sagt, skridskor för kadetterna. En skjutbana fanns vid hans institut. Både Ling och Guts Muths räkna bad och simning till gymnastiska övningar.

Sammanfatta vi det anförda om Guts Muths och Lings redskap, så blir slutsatsen den, att hos Guts Muths saknas åtskilliga lingska redskap, såsom plint, springstolpe, spännstolpe, m. fl. I och för sig betyda nya redskap mindre, ty de innebära icke utan vidare nya värden, men med de nya redskapen kunna nya rörelser följa, som göra rörelseförrådet rikare och icke blott rikligare.

Guts Muths gymnastik tillämpades, som sagt, på Nachtegalls institut i Köpenhamn, och Nachtegall använde liknande redskap. Jag behöver därför icke göra några jämförelser mellan Lings och Nachtegalls redskap, blott några detaljlikheter mellan Ling och Nachtegall böra framhållas. Som redan anförts, använde Nachtegall en lina med knutar för äntring, Ling en knutlina; Nachtegall 'et glat Toug' (jämte "en glat Stang"); Ling en slätlina; Nachtegall "Madratser" på golvet; Ling likaså. Alla dessa redskap förekomma hos Ling i inlagan 1805 till akademiska konsistoriet i Lund, således vid en tid, då han ganska nyligen lämnat Köpenhamn och Nachtegall, och då minnen därifrån säkerligen legat kvar i hans sinne. — Nachtegalls "Skraastang" var avrundad upptill och försedd med en så djup ränna, att fingrarna kunde ligga däri; Lings hävplanka var anordnad på liknande sätt. Ett lingskt inflytande på Nachtegall ifråga om redskapen *kan* man antaga beträffande den senares användning av "en doppelt Tougstege".

Lærebog 1834 upptar en dubbel, men Lærebog 1828 en enkel "Tougstege". I Lings inlaga 1805 begäres en "dubbel Hängstiga". I detta fall äga vi, synes det, ett icke påpekat nytt exempel på ett inlån av Nachtegall från Ling. Ett annat exempel är Nachtegalls lån från Ling av fristående övningar, vilket K. A. Knudsen särskilt uppmärksammat. Jag vill tillägga, att knutlinan och dubbelstegen har jag icke funnit hos Guts Muths. För knutlinan kan således Nachtegall ha varit förebilden, men knappast för den dubbla hängstegen, förefaller det mig. En öppen fråga är, vid vilken tid Nachtegall har börjat använda knutlinan. I Lærebog for Folkeskoler, 1828, finns den, men den kan ju tidigare ha varit i bruk hos Nachtegall.

Jag övergår till jämförelser beträffande rörelseförrådet och måste då medtaga icke blott Guts Muths och Nachtegall, utan ock Jahn, Clias, Amoros, Vieth. Lings redskapsförråd var utvecklat, innan de samtida gymnastiska arbetena utkommo. Det samma kan icke påstås om hans övningsförråd. Detta var statt i fortsatt utveckling. Vi måste därför sammanställa Ling och alla samtida gymnastiska märkesmän för att kunna göra en verklig jämförelse.

Lings såväl som Guts Muths' övningsförråd tillhör den moderna pedagogiska gymnastiken i motsats till den föregående tidens ridderliga och folkliga övningar, de förra inskränkta till dans, ridning, voltige, fäktning. Dansen upptogs av Guts Muths i hans gymnastik, beroende på, att hans lärjungar till mesta delen kommo från adliga familjer. Ling uteslöt dans i gymnastiken, undantagandes dans i vissa former[1]. Han begränsade även gymnastikens innehåll mer, än förhållandet var med Guts Muths, som till pedagogiska kroppsövningar räknade: A. Gymnastiska övningar i egentlig mening, mer avsedda för kroppens bildning än för sällskapsnöjet ("gesellschaftliches Vergnügen"). B. Handarbeten. C. Sällskapslekar, kanske rättare gemensamma lekar, då "Gesellschaftssprung" hos Guts Muths icke betecknar precis det sällskapliga, snarare

---

[1] Saml. Arb., III, s. 586.

det gemensamma; det användes som beteckning för att hoppa bock. "Ich erkenne dreyerley pädagogische Leibesübungen", förklarar Guts Muths. Utom nämnda atre arter berör han i sin Gymnastik für die Jugend även övningar för talorganen (högläsning och deklamation) och övning av sinnena (syn, hörsel m. m.).

Av dessa övningsgrupper har Ling behållit grupp A, vartill han, som påpekats, räknade även friluftsövningar och idrotter, såsom bad och simning, skridskoåkning, övningar som också Guts Muths anbefaller. Militära övningar (bl. a. målskjutning) förekommo hos båda.

Likhet i redskap kunna ju betinga lika rörelser. För vippmasten anbefallde Guts Muths exempelvis "gång", som också Ling upptog, vidare vissa balansövningar, och dylika övningar förekomma ock i Lings göteborgsförteckning liksom i Hellströms handskrift. — Hos Guts Muths finna vi en rörelse, som påminner om Lings kamp i lina. Guts Muths: "Zwei Personen begegnen sich auf dem Balken, beyde legen es darauf an sich gegenseitig verabzustossen". Klätterstång, mast, stege, användes av både Guts Muths och Ling, och liknande rörelser följde osökt hos båda. Samma enskildhet kan ibland gå igen hos båda. Guts Muths: 1793,[1] s. 150, 1804, s. 319: "Verstrickung", vilken övning går igen i Lings "göra fast i linan" (Hellström no 194,). Hos Guts Muths sattes stegen ibland i lutande ställning: An der schräg angelehnten hölzernen Leiter (Guts Muths 1804, s. 323). Hos Ling placeras den ibland i samma läge. "Gång i stegen, då den är upphissad i en lutande ställning", heter det i Hellströms handskrift, no 320. Stegen inbjöd redan Guts Muths, 1793, till "gång med händerna", liksom Ling exempelvis i göteborgsförteckningen. Guts Muths föreslår också att i stegen slingra sig "wie eine Schlange zwischen allen Sprossen durch, von oben an bis unten hin" (1793, s. 148). Slingringar förekomma i Lings göteborgsförteckning, och de levde kvar i hans rörelseförråd. Man kan

---

[1] Se noten s. 83.

icke undgå att märka i förteckningen som annorstädes, att Ling genom beteckningarna preciserat rörelserna vida mer än Guts Muths.

Naturligtvis finns det flera överensstämmelser att påpeka mellan Lings och Gut Muths övningar vid gemensamma redskap. Gällde det klättring på lina, så kunde den hos båda ske utan fötternas hjälp, med blott händernas. Vid övningar på "Kletterbalken" (hävplanka eller bom) förordar Guts Muths en övning som den, att genom armbågens böjning bilda en vinkel, med vilken man fattar tag över Querbalken (Kletterbalken), (Guts Muths 1804, s. 308). Ling anvisar i göteborgsförteckningen för hävplankan, "gång med vinkel". Att "vinkla" delar av kroppen, förekom även senare hos honom.

Som vi se, gå en del av Guts Muths rörelser igen hos Ling på ett tidigare stadium (göteborgsförteckningen), och så är fallet även på ett senare (Hellströms handskrift). Bland de hellströmska redskapsövningarna äro guts-muthska övningar i stark minoritet. Det samtliga förrådet av redskapsövningar uppgick, enligt ifrågavarande handskrift, till över 500. Dels hade antalet rörelser vid olika redskap hos Ling vuxit betydligt. Hävplankan och vippmasten t. ex. räknade vardera ett femtiotal rörelser. Dels hade nya redskap tillkommit och med dem nya rörelser. Plinten möjliggjorde ett femtiotal sådana, springstolpen och spännstolpen tillsamman ungefär lika många. Tillskottet var icke blott kvantitativt, utan även kvalitativt värdefullt. Det var lingska rörelser.

Fullständiga jämförelser mellan Ling och Guts Muths kunna icke rimligen begäras; de skulle kräva en bok för sig. Jämte rörelser vid redskap finns det sådana, som kunna utföras både med och utan redskap. Dit höra exempelvis sprången. Indelningen av dessa visa naturligt nog likheter mellan Guts Muths och Ling. Den förre talar om språng i höjd eller djup eller längd eller samtidigt i höjd och längd eller i djup och längd (1804, s. 203 ff.). Det är också Lings indelning (Gymn. regl. mom. 399). En viss likhet föreligger mellan Guts Muths "Anfängersprung" och Lings bestämning av det fria språngets

höjd (Gymn. regl., mom 410), i samband varmed han talar om knäsprång, höftsprång, bröstsprång, haksprång, pannsprång, (mom. 426). Hos Guts Muths finna vi en liknande uppräkning. Andra likheter — och olikheter — kunna framletas, om man går sida efter sida i Lings och i Guts Muths arbeten, men de förra äro skäligen naturliga och ytliga. I kapitlet om gången omtalar Guts Muths den enkla iakttagelsen, att gången är karakteristisk för individen, att man på den igenkänner en person, även om man blott *hör* honom komma (1804, s. 185). Sammalunda Ling (Saml. Arb. III, s. 492). Ling anmärker också på fel i gången och Guts Muths är inne på samma ämne. Däremot avviker Ling bestämt från Guts Muths och även från andra dåtida gymnaster, då han betonar de förövningar, som en god gång kräver. Gången bör därför enligt Ling icke stå som en första rörelse, när övningarna grupperas. Då man läser detta, får man ett intryck av hur systematiskt genomtänkta Lings gymnastiska satser voro, så fragmentariska och ibland svårfattliga de kunde vara. Ett gott direktiv i systematiseringens intresse kunde han upptaga från annat håll, även verbalt, uan att förlora sin allmänna självständighet.

Det är svårt att genom paralleller av den art, som de nu gjorda, bilda sig en rätt uppfattning om Lings ställning till de samtida gymnasterna, och man må icke av det anförda draga förhastade slutsatser om Lings beroende av främmande gymnaster. För att förstå hans ställning till dem bör man även *anlägga en motivhistorisk synpunkt.* En sådan är tillämplig, icke blott på det litterära och konstnärliga området. Den som är intresserad av gymnastisk motivhistoria, kan finna mycket värt att anteckna.

Så olikartad som den under 1700-talets senare del framväxande gymnastiska renässansen än visar sig vara i förhållande till den antika gymnastiken, så äga de två likväl beröringspunkter, d. v. s. motivlikheter. Guts Muths glömmer icke att hänvisa till grekerna, och hans gymnastik omfattar övningar såsom löpning, språng, brottning, dans, lekar, simning, vilka vi känna från den grekiska antiken. En jämförelse mellan an-

tik och modern gymnastik låter sig blott delvis göra, då vi, såsom Erwin Mehl har framhållit, icke känna i vad mån man i den förra använde s. k. formgivande (fristående) övningar. I flera fall var det gammalt arvegods, som Guths Muths upptog. Hans "Anschlagen" (die abwechselnden Füsse mit ziemlicher Schnelligkeit zu heben und damit an das Gefäss zu schlagen), är samma övning som Galenus tillskrev de lakedämoniska kvinnorna.

Innan jag går vidare, vill jag erinra om, att liksom förhållandet är inom annan motivhistoria, den litterära exempelvis, värdet av ett gymnastiskt motiv, en gymnastisk rörelsetyp, icke ligger enbart däri, att motivet är nytt. Rörelsetypen kan få sitt värde därigenom, att den ändrats så, att den blivit verksammare. Ett litterärt motiv kan gå igen hos flera författare, men den ena kan utvinna mer därur än den andra.

Belysande för motivens vandring på det gymnastiska området är exempelvis en övning, som Guts Muths kallar "die Rückenprobe". Den tillgår sålunda: Die junge Gesellschaft stellt sich in Fronte, auf einen Wink senken sie sich alle auf die Hände zu Boden, und strecken die Beine, so weit als möglich, hinten aus. Der ganze Körper muss vom Kopfe bis zu den Fersen eine so gerade Linie machen als nur möglig ist, mithin muss der ganze Rücken steif gemacht werden, und die Knie dürfen nicht gebogen seyn. Die Füsse ruhen auf den Zehen. In dieser Lage bleiben alle um die Wette und die Wenigen, welche sie am längsten aushalten, gewinnen den Preis. — Övningen göres mer ansträngande, om man "die Fussspitzen zum Centrum macht und mit den Händen, seitwärts fortschreitend, die Peripherie beschreibt. Wer auf diese Art 10 bis 15 Mal den Zirkel vollendet, hat wirklich schon ziemlich viel gethan. Auf ähnliche Art kann man auch die Hände in den Mittelpunkt setzen und mit den Füssen im Kreise herumgehen. — Samma övningsmotiv upptogs av Nachtegall, som kallar rörelsen "Rygprøve" och med samma utformning. Så ock av Jahn-Eiselen, som även använde namnet Rückenprobe. Enda skillnaden är, att "Umkreisen mit den Füssen" förklaras "weniger

wichtig" och vidare, att "Beides, Strecken und Umkreisen, können geübt werden: a) indem das Gesicht erdwerts gekehrt, und die Füsse also aufzehen; b) indem das Gesicht himmelwärts gekehrt ist und die Füsse auffersen".

Hos Ling uppträder motivet ifråga som en stupfallande ställning med dess variationer. Lings former av rörelsetypen inneburo ock betydande framsteg, vilket en svensk gymnast lätt kan bestyrka. Motivet var gammalt, men det framfördes i en ny och sinnrik upplaga.

Det är ingalunda alltid skolpedagogiken eller lärdomen som skapat motiv inom gymnastiken och idrotten. Man behöver icke gå över ån efter vatten, man behöver inte gå söder om Östersjön för att finna motiv. Bland gamla nordiska idrottslekar påträffar man åtskilliga bidrag till den gymnastiska och idrottsliga motivhistorien. Bland dessa lekar finner man bågskjutning, spjutkastning, brottning och dragkamp, styrkeprov som lyftning, vighetslekar, klättring. "Klättring i lina har förekommit bland svensk allmoge långt innan gymnastik infördes". Gamla övningar äro ock löpning, hopp (längd-, höjd-, djuphopp, stavhopp), m. fl. Särskilt intresserar det oss att se, hurusom en fristående övning, som den, att i fristående ställning med höftfäste böja sig bakåt, ända till marken om möjligt, övats av bondpojkar ännu i sen tid. Vanlig än idag är leken "hjula" —. "Flera slag av volt har förekommit. Märkligast är frivolt, d. v. s. kullerbytta utan stöd av händer eller huvud". Den stupstående ställningen äger ock en folklig förebild. Om och i vad mån Ling influerats av folkliga övningar låter sig icke lätt avgöra. Att han uppmärksammat icke blott förfädrens kroppsövningar utan ock senare tiders folklekar, veta vi. — Att åtskilliga gymnastiska övningar ha en förebild i folklivet, ges det sålunda många exempel på. Guts Muths berättar ett. Han hade hos den grekiske läkaren Galenus i hans De sanitate tuenda funnit en övningsform, som bestod i att man ställde sig på fotspetsarna, sträckte händer och armar högt över huvudet och rörde dem för jämviktens skull än framåt än bakåt. Man behöver emellertid icke, som

Guts Muths själv antyder, gå till den lärde Galenus för att finna denna övning, som han iakttog på nära håll, då den spontant utfördes något avvikande av en lärjunge i hans omgivning, ("von einem hiesigen Zöglinge").

Betydelsen av att anlägga en motivhistorisk synpunkt i gymnastiken, visar sig påtaglig, ifall man vill besvara den omdebatterade frågan, om *Lings och Pestalozzis ställning till varandra i gymnastiskt avseende.* Pestalozzi är den märkligaste av de pedagogiska nydanarna inom dåtiden och de beröringspunkter, som kunna upptäckas mellan honom och den svenske fäktmästaren, ha uppmärksammats. Diskussionen gäller den del av Lings gymnastik, som inbegripes under namnet fristående och dennas förhållande till "Elementargymnastik", som var avsedd för Pestalozzis läroanstalt och vars upphovsman Niederer var. Man har mer än en gång framställt den åsikten, att Ling har hämtat sin fristående gymnastik från Pestalozzi-Niederer, och man har menat, att likheterna voro större än olikheterna. Jag har emellertid funnit ett uttalande av Ling själv i en handskrift, vari han uttryckligen säger sig ha uttänkt övningarna i fältgymnastiken, dit den fristående räknades. Frågan kunde ju därmed anses vara besvarad. Det skadar dock icke att behandla den historiskt och att göra en jämförelse mellan Lings och Pestalozzi-Niederers gymnastik. En sådan undersökning är till nytta för en eller annan som kanske tvivlar på riktigheten av Lings ord. Undersökningen visar, hur vanskligt det kan vara att mena sig ha funnit "påverkningar". Att leta efter påverkningar är en sysselsättning, som gärna bedrives i våra dagar på olika områden tyvärr ofta utan fog. Det resultat jag kommit till genom en jämförelse mellan Ling och Pestalozzi-Niederer, styrker riktigheten av Lings egna ord. Motivet var lika hos båda: en elementär, lätt tillämplig gymnastik. Utförandet var likväl helt olika. Vår fristående gymnastik, uppskattad långt utanför Sveriges gränser och med rätta ansedd som ett viktigt bidrag till den europeiska gymnastiken, räknar icke Pesta-

lozzi-Niederer som upphovsman utan en fattig, svensk fäktmästare[1].

Det är icke lätt att med bestämdhet ange den tidpunkt, då Lings fristående övningar kommo till. Man har angivit åren 1808—10. Så A. Hirn i Die Leibeserziehung bei Pestalozzi, 1941, s. 208. 1808 var det år, då Agardh och Bruzelius började tryckningen av sin översättning av Pestalozzis Elementarbücher och med sig förbundo Ling — såsom utgivare av ett gymnastiskt arbete, som dock icke kom ut — i samband med Pestalozziöversättningen. Lings fristående gymnastik kan emellertid vara tidigare än så. I verkligheten förhåller det sig på det viset, att Lings fristående gymnastik, om man söker en historisk utgångspunkt, icke behöver sättas i samband med Pestalozzi-Niederer: även Guts Muths och Vieth kunna göra tjänst i detta avseende, och båda framträdde före Pestalozzi-Niederer, d. v. s. kring mitten av 1790-talet.

År 1812 utkom i Lund nämnda översättning från Pestalozzi, kallad Pestalozzis Elementar-Böcker och verkställd av C. A. Agardh och M. Bruzelius, båda vänner till Ling. Arbetet innehåller utom företal en framställning av den pestalozziska metodens ”öden”, ”ett kort begrepp av metodens grunder”, några anvisningar om bruket av elementarböckerna och två av dessa i översättning, nämligen Buch der Mütter och Anschauungslehre der Massverhältnisse. Det har varit utgivarnas önskan att låta arbetet följas av framställningar, som behandlade ”människans moraliska och Fysiska bildning”. Om den sistnämnda göra de ett uttalande, vars innebörd icke är så självklar, som man ibland synes antaga. Det heter: ”— — hvad den sednare Elementarboken [om fysisk utbildning] angår, få Utgifvarne nämna att de länge uti Herr Fäktmästarens vid Lunds Akademi, L i n g s gymnastiska Öfningar igenkänt, icke allenast P e s t a l o z z i s k a methodens grundprincip, utan äfven dess sätt att construera den. Herr L i n g

---

[1] I Fysisk fostran och vetenskapen 1943 har jag utförligare behandlat Ling—Pestalozzi.

har visserligen icke hämtat sin gymnastik från studium af Pestalozzis skrifter, men väl från naturen. Den nämnda öfverensstämmelsen bör således ej förefalla besynnerlig. Vid samma tid, som Utgifvarne företogo sig att utgifva Pestalozzis Elementarböcker beslöt äfven Herr Ling att utgifva sin Gymnastik; sedan han funnit denna för de af honom tänkta och construerade grundsatsernas likhet med den P e s t a l o z z i s k a methodens, har han utan svårighet bifallit Utgifvarnes förslag, att fastän hans Gymnastik kommer att utgöra ett särskildt af deras arbete oafhängigt och på hans egen bekostnad företagit verk, likväl låta det anses såsom en tredje del af P e s t a l o z z i s k a methodens Elementarböcker". (Företalet, s. VIII).

Av de anförda orden får jag för min del det intrycket, att Ling ännu år 1808, då Agardh och Bruzelius, enligt uppgift i företalet, voro i färd med att utgiva Elementarböckerna, men måste avbryta utgivandet ända till 1812, har saknat närmare kännedom om Pestalozzi i allmänhet och om Niederers gymnastik i synnerhet. Därpå tyder uttrycket "sedan han funnit denna för de af honom tänkta och construerade grundsatsernas likhet med den Pestalozziska methodens — —". Något måste väl Ling ha känt till Pestalozzi, så stort intresset var för denne även i Lund; men kunskapen kan ha varit bristfällig. Den skulle ha förmedlats genom en uppsats i Wochenschrift für Menschenbildung 1807 (ett modernt särtryck finnes i Kleine Pädagogische Texte, Heft 7, utan tryckår, Verlag Julius Beltz). Det tillämnade gymnastiska supplementet till de två akademikernas översättning utkom aldrig. Samma år (1808), som tryckningen av deras arbete hade börjat, utfärdade Ling en subskription på en lärobok i gymnastik, men därvid stannade hans åtgörande. Boken utkom icke. I subskriptionsförslaget omnämnes Guts Muths, men om Pestalozzi säges ingenting. Ett handskriftsfragment om Allmän Gymnastik, som säkerligen tillhör Lings planerade arbete, röjer icke heller något speciellt inslag från Pestalozzi-Niederer.

Utgivarna av Elementarböcker hade "länge" iakttagit

en gymnastisk likhet mellan Ling och Pestalozzi. "Länge" måste väl betyda före 1808, av sammanhanget att döma. Ling hade således varit en omedveten pestalozzian åtskillig tid före nämnda år. Det finns andra uppgifter, som peka i samma riktning, som t. o. m. tyda på, att Ling hade börjat med sina fristående övningar, vilka skulle ha influerats av Niederers Elementargymnastik, *innan* han har kunnat läsa Wochenschrifts uppsats om denna Elementargymnastik, som blev synlig i tryck år 1807.

Genom Agardhs och Bruzelius' uttalanden få vi inga direkta uppgifter om Lings inställning till Elementargymnastiken i Wochenschrift. Vad vi få veta är, att hans gymnastik uppvisade allmänna drag, som erinrade om den pestalozziska metoden, sådan denna uppfattades av de svenska utgivarna.

I diskussionen om Lings förhållande till Pestalozzi-Niederer har man betonat Lings beroende av dem. Dr Signe Prytz uttalar den riktiga meningen, att "man kunde vel nok tænke sig, at to Gymnastikpædagoger havde udfundet visse Grundprincipper, som stemmede saa nogenlunde overens" men anser likväl, att "Westerblads Paastand om, at en nærmere Sammenligning mellem Lings fristaaende Øvelser og Pestalozzis Elementargymnastik vilde vise, at Ulighederne var større end Lighederne, kan neppe opretholdes; . . .". (Prytz: P. H. Ling og hans gymnastikpædagogiske Indsats, 1941, s. 122 f., s. 129). Dr A. Hirn i a. a., s. 3, går längre, i det han menar: "Der Schwede Ling ist tatsächlich nicht der Erfinder des ihm zugeschriebenen Systems, auf das die heutigen gymnastischen Richtungen zurückgehen, sondern — was in dieser Arbeit nachgewiesen wird — der Pestalozzianer Niederer". Jag finner mig icke ha anledning att frångå den åsikt, som jag uttalat i Ling, Tidshistoriska undersökningar, 1913, s. 172, enligt vilken olikheterna äro större än likheterna.

Man finner snart, att Niederer går en annan väg än Ling ifråga om rörelseförrådet. Han tillämpar icke Lings rörelseurval utan proklamerar allmöjligheternas princip, som innebär ett godtagande i gymnastiskt avseende av alla utförbara led-

rörelser (Gelenksbewegungen). Detta utgör, redan det, en tydlig gränsdragning mellan Lings fristående övningar och Elementargymnastik. Principen har formulerats så här i Wochenschrift: "Das Wesen der Elementargymnastik besteht nach diesem in nichts andern, als in einer Reihenfolge reiner körperlicher Gelenksbewegungen, durch welche der Umfang alles dessen von Stufe zu Stufe erschöpft wird, was das Kind in Hinsicht auf die Art und Weise seiner Stellung und Bewegung des Körpers und seiner Artikulationen vornehmen kann".

För Ling var ett *urval* av rörelser, såväl av fristående som av icke fristående, en grundläggnde princip. "Svårligen kan man bestämdt angifva en osviklig skillnad mellan gymnastiska öfningar och andra rörelser. All rörelse kan vara nyttig i sig sjelf: men då man ej kan göra allt möjligt måste man välja de verksammaste grundformerna som erfarenhet tillstyrker, ej slumpvis; . . .". (Om urvalet, se Lings Samlade Arbeten, III, s. 775). Ling nedlade åratals mödor på att utfinna de lämpligaste och verksammaste rörelsetyperna, och vi måste ge vårt erkännande åt tillämpningen av "erfarenheten" på en tid, då fysiologien ännu var i sitt vardande.

Lings avvikelse från Elementargymnastiken har jag påpekat för åtskilliga år sedan (1913, Tidsh. unders., I, s. 170 ff.) i en jämförelse mellan de två parterna, och Karl Gaulhofer har gjort samma iakttagelse, såsom framgår av hans föredrag vid Lingiaden 1939. (Se "Lingiaden", Sthm 1939, Föredrag, del I, s. 134).

Att vi kunna röra våra extremiteter och vår kropp i olika riktningar var för övrigt ingen nyhet, som *Elementargymnastik* medförde, *och i tillämpningen blir denna till den grad schematisk och konstruktiv, att man tycker sig vara i en labyrint av rörelser.* Ett rekord i detta avseende är avdelningen om armarnas ledrörelser, som fyller fem sidor (a. a., s. 36 ff.) och där uppräkningen av nya kombinationsmöjligheter ibland följer nästan rad efter rad. Man frågar sig, hur detta skulle ta sig ut i gymnastisk verklighet, och man gör en jämförelse med de klart och tydligt avfattade distinktionerna i Lings gymnastik-

reglemente med dess gymnastiskt avgränsade övningsförråd. Det har sagts, att "Pestalozzis Øvelseforraad er langt mere systematisk gennemarbejdet end Lings, der har en ret tilfældig Karakter, og som er fuldt af Huller og ofte uforstaaeligt" (Signe Prytz: P. H. Ling og hans gymnastikpædagogiske Indsats, 1941, s. 128). I allt för långt driven spekulativ konstruktion överträffar Pestalozzi-Niederer den svenske gymnasiarken men icke eljest. Åsikten om Lings rörelseförråd kan jag icke biträda.

Det saknades icke kritik av Elementargymnastik redan vid dess framträdande. Turnvater Jahn var missnöjd med den. Från modern tid kan man få läsa en så stark kritik som denna: Man kann nicht genug darüber staunen, wie unkindlich und unlebendig, wie ausgeklügelt diese Gymnastik ist, wie wenig man daher wünschen kann, dass sie in unsern Schulen allgemein werde". Kritiken är nedskriven i inledningen till den nutida upplagan av artikeln i Wochenschrift, och är författad av Dr Margarethe Streicher.

Mitt inlägg i diskussionen om Ling och Pestalozzi-Niederer är detta: Bevisligen äro Wochenschrifts Elementargymnastik och Lings fristående rörelser icke kongruenta annat än i vissa fall. Elementargymnastik innehåller både mer och mindre än Lings fristående gymnastik. Att den förra med dess allmöjlighet innehåller mycket, ja, så mycket, att ingalunda allt är tilllämpligt i praktiskt gymnastiskt avseende, torde framgå av det ovan anförda. Att den också innehåller mindre än det gymnastiskt behövliga, förstår man bl. a. av det faktum, att den upptar blott stående ställning.

Vill man fasthålla vid antagandet, att Lings fristående gymnastik grundar sig på någon viss förebild, bör man söka efter denna på mer än ett håll. Åren 1794—1795 utkom första upplagan av Vieths Encyklopädie der Leibesuebungen: (I-II). *Däri behandlas bl. a. de rörelser, som människokroppens leder kunna utföra.* Därvid uppräknar författaren rörelser, som kunna företagas med "hela huvudet" — framåt, bakåt, horisontellt; med delar av huvudet — med käkbenet, med tungan, med gommen, med svalget, m. m.; vidare med bålen och med extre-

miteterna (Se Vieth, a. a., II, 1818, s. 59, ff.). Elementargymnastiks författare har, som påpekats, säkerligen känt till Vieth, eljest skulle han nog icke, som han gjort, ha opponerat mot rörelser med enskilda delar av huvudet. — Uppslaget till en Elementargymnastik genom ledövningar kan ha kommit från Vieth. Den viethska framställningen erinrar oss om Lings fristående övningar, men likheten är allt annat än genomgående. Vieth beskriver musklernas aktion vid olika rörelser utan redskap, men han ger oss icke anvisning på de rörelser, som därvid äro gymnastiskt lämpliga. Han ger oss icke ett rörelseurval, vilket Ling gör.

Som resultat av föregående undersökning vill jag framhålla, att om man önskar finna någon bestämd förebild till Lings fristående övningar, så har denna — vilken man än må välja (Niederer, Guts Muths, Vieth) — blott lämnat ett råstoff, som Ling har måst bearbeta och fullständiga, och det så grundligt, att man i senare tider har svårt att återfinna förebilden. Ling kan med fog göra anspråk på äganderätt till sina fristående övningar, liksom till de övriga.

Uttrycket Elementar Rörelser försvinner snart nog, tyckes det, ur Lings terminologi; någon enstaka gång kan man stöta på det i handskrifterna. Ling inför i stället uttrycket fristående rörelser. Han icke blott ändrar det från Guts Muths komna namnet, utan ock på det som namnet innebär. Hos Guts Muths betecknade Elementarübungen, varav elementarrörelser är en översättning, liksom hos Ling förberedande övningar, men av annan art. Guts Muths Elementarübungen äro olika de fristående övningar, som gymnastikreglementet 1836 innehåller. — *Övningar utan redskap,* alltså *fristående,* äro icke a och o i *Lings friskgymnastik,* såsom man ibland tror, men redskapet fick med tiden en mindre framträdande roll inom Lings pedagogiska gymnastik, än göteborgsförteckningen kan låta oss förmoda. Ihågkommas bör, att Ling gör uttalanden och tillämpningar, som visa, att övningarna icke finge bestämmas av redskapen utan tvärtom. ”Att inrätta våra kroppsrörelser efter de maschinerier, som vi

förut inrättat, och icke dessa efter de kroppsrörelser vi böra frambringa, är ett afvogt sätt, ett begär att synas vidunderlig". Uttalandet förekommer i Gymnastikens allmänna grunder (Saml. Arb., III, s. 572). Detta får icke uppfattas så, att rörelser utan redskap skulle mer eller mindre uttränga redskapsrörelserna. De fristående övningarna äro inkorporerade i det hela som en anpart, icke som en huvudpart.

Låt oss fortsätta vår rundvandring bland dåtida gymnaster och jämföra dem med Ling.

Ibland har Ling framställts som efterföljare och lärjunge till Jahn, men som redan Max Barsekow framhållit, är det oriktigt att påstå, att Ling framträdde senare än Jahn och därmed är en efterföljare till honom. Vi ha sett, att hans förteckning från Göteborg (1809—1810), som ock hans behandlingar i Lund äro tidigare än 1816, då Jahn-Eiselens Die deutsche Turnkunst utkom. Förteckningen är ock tidigare än 1811, då Jahn öppnade sin Turnplatz på Hasenheide och tidigare än Bornemanns två skrifter (1812—1814) över Jahns Turnen. H. F. Massmann, som 1847 utgav en tysk översättning av en del av Lings skrifter om kroppsövningar, har missuppfattat tidsförhållandena mellan Ling och Jahn, då han åberopar ett arbete av H. E. Richter, från 1845, vari det heter: Ling ist der Zeit nach später als Jahn (1811) aufgetreten und — — unbezeifelt direkt und indirekt Nachfolger und Schüler von ihm. En gymnastisk jämförelse mellan Ling och Jahn, mellan deras redskap och övningsförråd, ger till resultat ett konstaterande av olikheter; där likheter förekomma, beror det på ett gemensamt ursprung, nämligen Guts Muths. Jahn upptog åtskilligt stoff från denne och det i ett skick, som icke utmärker sig för den genom- och bearbetning, som karakteriserar Ling, då han ibland visar överensstämmelser med Guts Muths. Olikheterna framträda även inom den del av den gymnastiska pedagogiken som, under liknande synpunkter, behandlar gymnastens personlighet, gymnastikens, resp. turnens, yttre förutsättningar, m. fl. frågor. De beröras av Ling i 6:te av-

delningen av Gymnastikens allmänna grunder; av Jahn-Eiselen i Vierter Abschnitt av deras Turnkunst.

På idéernas fält möttes Ling och Jahn i en del fall men ingalunda i alla under överensstämmelse, varom jag talat i det föregående.

Gymnastiskt sett skiljer sig Jahn från Ling genom sitt övningsförråd. Det består hos Jahn av folkliga övningar som att gå, löpa, hoppa, klättra, kasta, draga, lyfta, bära, brottas. Jahnska redskap äro häst, räck, barr. Till rörelseförrådet höra ock lekar. I ett större arbete ämnade han medtaga fäktning, simning, ritt, dans, militära övningar för ungdomen m. m. Jahn indelar övningarna efter redskapen, en indelningsgrund, som finns också hos Ling, men icke som den enda. För en indelning i rörelsesläkter finns det direktiv hos Ling. Jahn saknar fristående övningar. Några förberedande övningar upptar han dock. — Med avseende på Jahn och Ling vill jag påpeka det märkliga innehållet i en upplaga från 1847: Friedrich Ludwig Jahns Deutsche Turnkunst zum zweiten Male und sehr vermehrt herausgegeben, 1847, (Erste Hälfte des Werkes). Här är åtskilligt upptaget från svensk gymnastik. Heinsius' Allgemeine Bücher Lexikon (Elfter Band) upptar arbetet som en andra upplaga av Jahns Deutsche Turnkunst. Utgivningsåret är 1847. Vilka utgivarna varit anges icke av Heinsius. Jag anser mig kunna identifiera dem. Inledningen ("Vorläufige Verständigung") är undertecknad "Die vereinten Herausgeber". Med ledning av en uppgift av H. F. Massmann i P. H. Lings Schriften über Leibesübungen 1847, som han översatte, framgår (Vorwort, s. XVI, not 2), att Massmann och Eiselen deltagit i utgivningsarbetet; om utgivarna varit flera kan jag icke säga. Man observere uppgiften från lingöversättningen 1847: In der demnächst erscheinenden neuen Auflage der "deutschen Turnkunst". —

Det måste således konstateras, såsom jag redan gjort, att Ling står självständig i förhållande till Jahn, liksom hans originalitet icke jävas genom en jämförelse med Guts Muths och Pestalozzi-Niederer. Som en skenbar likhet mellan Ling och

Jahn vill jag i förbigående påpeka den jahnska övningen "die Quern" (tyska Querne = handkvarn), som till namnet men icke till utförandet erinrar om "kvarnen" i vår gymnastik [1].

Vi böra besöka ännu ett par utländska gymnaster från Lings tid. Den ene av dem heter Amoros, den andre Clias. Den förre var en spansk överste, som bar det mycket långa, klingande namnet Amoros, Don Francisco Amoros y Ondeano. Han skrev sig som marquis de Sotelo och Commandeur de l'Ordre d'Isabelle, la catholique. Hans märkligaste arbete heter Nouveau manuel complet d'éducation physique, gymnastique et morale. Dit hör en atlas med fint utförda teckningar över gymnastiska ställningar och övningar. Arbetet utkom 1847—1848. Han införde gymnastiken i Frankrike. — I Amoros' redskaps- och övningsförråd ingår ett redskap, som också är lingskt, nämligen springstolpen, "mat à chevilles". Detta redskap användes av Ling i Göteborg, 1809—1810, innan Amoros i tryck beskrivit sin gymnastik. Bland Amoros' redskap finner man också en lina, som kan sägas erinra om en båglina (långlina, slaklina), också använd av Ling i Göteborg. Den fristående gymnastik, som beskrives av Amoros, leder även tanken till Ling, men den beror antagligen på inverkan från Pestalozzi. De fristående ställningar, som han återger i sin Atlas, tåla f. ö. icke att jämföras med Lings. Pestalozzis metod hade Amoros förfäktat år 1815.

Överhuvud ger hans arbete icke intryck av någon egentlig självständighet. Bland hans gymnastiska redskap igenkänner man utom Ling framförallt Guts Muths. Ett prov på hans egen uppfinning, enligt vad han själv anger, är ett slags trapez, ett cirkusredskap alltså. Från 1815 ha vi ju ett arbete av Amoros, som tyder på inverkan från Pestalozzi och dennes Elementargymnastik, nämligen en avhandling "sur les avantages de la méthode d'éducation de Pestalozzi". Här möta vi prov

---

[1] "Kvarn bakåt", t. ex. J. G. Thulin: Gymnastikhandbok, 1943, s. 206.

på ett av de många Pestalozzi-inflytanden, som gjorde sig gällande i början av 1800-talet. Ett annat arbete av Amoros är hans Cantiques religieux et moraux ou la Morale en chansons —. Ouvrage spécialment destiné aux élèves qui suivent les exercises du cours d'éducation physique et gymnastique, dirigé par M. Amoros. Med den gymnastiska utbildningen borde en musikalisk utbildning förbindas, enligt hans mening.

Med sin gymnastik åsyftade han överhuvud att råda bot för tidens dekadenssymptom. Han ville "restituer à la nature humaine sa vigueur déchue, et à l'héroisme des actions surprenantes" — ett rousseauanskt eller götiskt program kunde man säga. Man får icke frånkänna Amoros förtjänster i gymnastiskt avseende. Så ville han bibringa eleverna kunskap i fysiologi "afin qu'ils apprennent à se rendre raison de leur mouvements et de leurs fonctions". Detta erinrar om Lings långt tidigare visade anatomiska intresse. Om vissa bestämmelser i stadgan för Lings institut erinra en del punkter hos Amoros, såsom kraven på kunskap i vissa hjälpvetenskaper till gymnastiken, t. ex osteologi, myologi m. m. Så är däremot icke fallet då han upptar ett undervisningsämne, som han kallar "technologie gymnastique" — redskap av olika slag spela nämligen hos Amoros en roll, som Ling och svensk gymnastik ingalunda tilldelar dem.

Amoros liksom Ling var en man, som måste strida och som stridde för sina idéer. Det var icke blott i Sverige som gymnastiken i 1800-talets början var en oförstådd nyhet. Det ligger en tidsbild från kontinenten gömd i följande uppgifter i den franska tidskriften Revue Encyclopédique, 1829. Det rör sig om Amoros och hans Gymnase normale (gymnastikinrättning) i Paris. L'établissement normal, délaissé par le ministre de la guerre, dedaigné par le ministre de l'instruction publique, ne trouve accessible que le ministre de l'intérieur, dont les secours ne peuvent être efficaces, si les autres lui sont enlevés. — l'opinion publique même a été attaquée par les ennemis des institutions gymnastiques: un journal anglais publie une diatribe contre elles, et trouve de l'écho en France;

on essaie d'alarmer les parents sur la santé de leurs fils, sur les mœurs de le leur filles: à ces accusations vagues et banales, la réponse est péremptoire.

Någon kommunikation, skriftlig eller muntlig, mellan Ling och Amoros — såsom förklaring till likheterna i redskap — kan jag ej konstatera, men jag vill nämna att år 1829 omnämnes Lings gymnastiska verksamhet liksom Clias' och Amoros' i Revue Encyclopédique (tome XLI, resp. ss. 812, 190, 257 f.). Uppmärksamheten på Lings gymnastik kan därigenom ha väckts hos Amoros, och han kan ha skaffat sig underrättelser om den.

Så några ord om Clias. Han var schweizare och utgav 1816 Anfangsgründe der Gymnastik oder Turnkunst. Hos honom lever Guts Muths, som han ger en hyllning, upp igen, och väl även Pestalozzi. Hans övningsförråd erbjuder icke nyhetens intresse, jämfört med Lings. Hans verksamhet sträckte sig emellertid vida omkring. 1822 begav han sig till London och lyckades driva fram sin gymnastik i England. Svensk gymnastik hade då ej fått rotfäste där. — På engelska utgav han 1825 An Elementary Course of gymnastic exercises. Övningsförrådet erbjuder, som sagt, varken i denna skrift eller i den ovannämnda några nyheter. Däremot saknas icke naiviteten. Bland övningarna upptas gång på hälarna, en rörelse som även Amoros anbefaller och som ägde antik tradition för sig. Däri låg ock det enda förmenta skälet för dess användning! Främmande för oss verka också hans förövningar till dans; dansen räknades på sina håll till gymnastiken. Han utgav i stil härmed en Callisthénie, ou Exercises pour favoriser le développement de la beauté et de la force chez les jeunes filles (1829) — ett slags skönhetsgymnastik. En beaktansvärd sida hos Clias synes mig den uppmärksamhet vara som han ägnar anatomien. Hans Anfangsgründe innehåller kapitel som Uebersicht der Knochenlehre, der Bänderlehre, der Muskellehre m. m.

Clias vann mycken berömmelse. Som han själv omtalar i An Elementary Course gav honom Dictionary of Medical

Science ett så högt beröm som det, att hans ”gymnastics unite every advantage”. Literary Gazette, February 15, 1823, spar icke heller på berömmet.

I samma nummer av Revue encyclopédique (1829, tome XLI), vari Clias och Amoros omordas, är det som dessa ord om Ling och hans gymnastik förekomma. Det heter där (s. 812) i en notis om svenska uppfostringsförhållanden: Les écoles de *gymnastique* [en Suéde] prospèrent aussi, grâces aux soins infatigables de M. *Ling*, chef de l'école centrale à Stockholm. Un professeur de gymnastique est attaché à chaque université. La gymnastique étant utile pour la guérison de plusieurs sortes de maladie M. *Ling* a établi une gymnastique pour les malades à Stockholm d'après les principes des anciens. Une institution d'*orthopédie*, vient aussi d'être fondé dans la capitale sous la direction du professeur Ackerman [Åkerman].

Det är anmärkningsvärt nog, att Ling omnämnes vid denna tid i en utländsk tidskrift. Europeiskt berömd, såsom vissa andra, hade han ej ännu blivit, ehuru han i gymnastiskt avseende hunnit längre och djupare än berömdheterna. För det påståendet finna vi bevis, till en del, i den föregående framställningen, men tydligare i den följande undersökningen om hans metodik, m. a. o. de principer efter vilka han ordnar och använder det redskaps- och övningsförråd, som vi hittills studerat.

I sin subskriptionsanmälan från 1808 framhåller Ling, att han gått ”en egen väg, som väl oftast afviker från den, Utländningen hittills följt; men likväl sammanträffar i afsikten”. I ett brev till ärkebiskop Lindblom, säger han: ”Jag har sökt gifva den [gymnastiken] mera utvidgande och bestämdhet än hvad Danskar, Tyskar hittills gjort”. Det är ord, som styrkas av fakta.

Vi få från Göteborg inga beskrivningar på rörelser, blott benämningar på dem, men såväl bland de använda redskapen som bland de fåtaliga rörelsesläkten, som där äro företrädda, finna vi nyheter. Bland redskapen: hävstolpe (springstolpe), spännstolpe, vant. Plinten är icke upptagen bland göteborgs-

redskapen, men "behandlingarna" från Lund torde förutsätta detta redskap. Bland nya rörelser möta vi i Göteborg de mångomtalade lingska "spänningarna". Det blev Lings uppgift, att metodiskt genomarbeta övningsstoffet. Ett prov därpå är i göteborgsförteckningen den skillnad, som göres mellan hävningar och äntringar. Hos Guts Muths, är, såsom Klemens Wildt påpekar, ingen skillnad gjord mellan "klimmen", då "blott händerna hålla fast" och "klettern", då både händer och fötter användas. I Jahn-Eiselen Die deutsche Turnkunst, skiljes det på klimmen och klettern: detta arbete utkom 1816 och var således till tiden senare än Lings göteborgsförteckning. Den gränsdragning som Ling på sitt vis gör mellan de två slagen, är en detalj, som kan vara beaktansvärd (Saml. Arb., III, s. 492 f). En gymnastisk typbildning fäster man sig vid i nämnda förteckning, nämligen den mångsidigt verkande slingringen i stegen. Den var enligt Hjalmar Lings uppgift "en karakteristisk typ i den vid Lunds högskola (1806—1812) började och sedan vid Centralinstitutet i Stockholm efter 1814 vidare utbildade methoden—".

Vill man lättast ha ett bevis för Lings självständighet redan under Lundaperioden, behöver man blott skärskåda de behandlingar för äldre personer, som bevarats från denna och som avtryckts i bl. a. Tidshistoriska undersökningar (I, s. 122, f.). I dessa behandlingar förekomma en del rörelser som icke äga motsvarigheter inom den dåtida gymnastiska litteraturen och som fortlevt inom svensk gymnastik.

Med tiden växte Lings rörelseförråd. Ett bevis för dess tillväxt är den hellströmska handskriften. Om tillväxten vittna ock Lings egna tryckta skrifter. I dem komma de principer till synes, som bestämde rörelseurvalet och rörelsernas lämplighet för en harmonisk utveckling och deras tillgänglighet för den ene som för den andre. Metoden preciseras mer och mer. Den period av Lings gymnastiska verksamhet, från vilken göteborgförteckningen är ett typiskt minne, avslutas icke med Lings flyttning till Stockholm 1813. Den utveckling, som begynt, fortsätter. Under denna verksamhet har

Ling blicken öppen för vad som tilldrar sig i utlandet på det gymnastiska området. Det framgår av hans kritik mot främmande gymnasiarker, en kritik, som vi möta i Iduna, 1814, vidare i Journalen, februari 1826. I den sistnämnda framhåller Ling bl. a., att "då mitt system till sina idéer är olika, måste det äfwen till sin form i praktisk utövning framstå olika, — ".

Någon undersökning av Lings redskaps- och övningsförråd under jämförelse med andra dåtida gymnaster, har icke förut blivit gjord. Undersökningen och jämförelsen bekräfta (jfr ovan s. 88, slutet av förra avdelningen):

1. *Lings självständiga ställning bland dåtida gymnaster.* Exempelvis var han icke beroende av Turnvater Jahn, såsom förmenas av H. F. Massmann i hans översättning från lingska skrifter (1847)[1]. Såsom M. Barsekow redan påpekat är det oriktigt att påstå, att Ling framträdde senare än Jahn. Misstaget tycks emellertid leva kvar på sina håll. Vi syssla gärna med påverkningar, men förbise lätt olikheterna för likheterna. Den inneboende, originella skaparkraften hos individen bör ock få komma till sin rätt av bedömaren. Vidare:

2. *Ling har icke,* som ibland förmenats, *gett gymnastiken ett snävare innehåll,* en trängre aktionsradie. Misstaget kan sammanhänga med att han fattat den mer begreppsmässigt än andra, varvid han måst avskilja sådant som före honom räknades till gymnastik, t. ex. handaslöjder. Man förbiser esomoftast, att hans gymnastik inrymmer icke blott formgivande övningar utan ock funktionsövningar.

3. Man kan även om andra gymnaster säga, att de gått sin egen väg och att de haft betydelse för eftervärlden, t. ex. Jahn och Amoros, men Ling har fått en särskild betydelse, vilket den historiska erfarenheten visar, icke minst genom de *metodiska direktiv,* som han lämnade och som tillvaratogos och genomfördes av sonen Hjalmar Ling. P. H. Ling får icke isoleras från Hjalmar Ling. Den senare bygger vidare på den av fadern

---

[1] P. H. Lings Schriften über Leibesübungen (1847), s. III.

lagda grunden. I några handskrifter kan man se, hur Hjalmar Ling med modernare beteckningar rubricerat P. H. Lingska rörelser. En blick på dennes rörelseförråd visar även, att detta upptagits med vissa förändringar av senare generationer. Hjalmar Lings dagövning äger sina förutsättningar hos fadern. Sonen har dragit konsekvenserna av de metodiska direktiv, som fadern lämnat.

3. *P. H. Ling och den friskgymnastiska metodiken.*

Ett övningsförråds värde bör bedömas ej blott genom dess lämplighet för en yttre sammanställning av rörelser. Lings övningsförråd möjliggör en icke enbart ytlig indelning.

Jag har förut i Tidshistoriska undersökningar behandlat Lings metodik, men vill här bl. a. med hänsyn till de senare årens lingkritik framhålla några sidor av samma metodik. Att Ling metodiskt börjar skilja sig från tyskar och danskar redan i Lund, kan man konstatera. Molbech berättar i sin resebeskrivning, att Ling "i sin undervisning bragt en systematisk Methode, hvori han til dels afviger fra den andensteds brugelige Læremaade". Att han i sin subskriptionsanmälan betonar sin självständighet, är redan omtalat.

Metodiskt betydelsefulla voro icke minst Lings fristående övningar. Guts Muths använde Elementarbewegungen. I förteckningen över göteborgsövningarna, 1809—1810, finner man "Elementar Rörelser", som väl i flertalet fall utfördes med redskap och utgjorde förövningar till andra redskapsövningar. T. ex. de förberedande balansövningarna[1]. De lingska fristående övningarna i egentlig mening, som vi senare möta i hans pedagogiska gymnastik och som bilda en del av denna, sammanfalla icke med elementarrörelserna. De fristående övningarna tillhörde ursprungligen fält- eller linjegymnastiken, således den militära utbildningen. Först senare har Ling infört den i skolundervisningen. I förslaget 1820 förklarar han, att rörelser utan "maskineri", således fristående, för närvarande voro lät-

[1] Balansbrädan kunde förbereda vippmasten, t. ex.

tast att införa i Armén och ett medel, att genom Armén införa kroppsuppfostran i gymnasier och skolor. Anförda år, 1820, tillkom en ny skolordning, som ville befästa gymnastikens ställning vid läroverken. Det gällde emellertid för Ling att vara anspråkslös i sina gymnastiska fordringar både vad läroverken och armén beträffade. Gymnastiken fick ej skada den militära uniformen genom redskapsgymnastik, och vid läroverken var lärarebristen ett hinder. — Förslaget 1820 upptar rörelser i stående, knästående, liggande och sittande ställningar. Reglementet 1836 endast i stående. Uniformen förbjöd andra ställningar. Om tvånget att göra uteslutningar talar Ling själv i gymnastikreglementet. "Stödrörelser" ersätta i reglementet redskapsövningar. Lings mening var, att den fristående gymnastiken skulle inkorporeras i övningsförrådet, således förbindas med redskapsgymnastik. Ett bevis därför är den schematiska översikt av rörelseförrådet, som en handskrift om "Gymnastik för jägare" lämnar. Jägarna i armén utgjordes av folk i den bildbara åldern, och vad som passade dem, har tydligen varit avsett för pedagogisk gymnastik i allmänhet. Handskriften ifråga är visserligen icke av Ling själv, men en parallellhandskrift visar, att den är inspirerad av honom. Jägarnas utbildning intresserade Ling mycket. — Ändå tydligare, i ett direkt uttalande, låter Ling oss veta, att han önskade en koordination av fristående (också kallad "Liniegymnastik") *och* redskapsgymnastik. Den fristående utgör "blott en phas af gymnastikens odelbara helhet (Saml. Arb., III, s. 578).

Om man så vill, kan man se en metodisk antydan i de muntliga föreskrifter, som i Lund gåvos på gymnastiksalen angående rörelser för enskilda deltagare i gymnastiken, vilka måste iakttaga en "viss återhållsamhet eller försigtighet". Om den äldsta tiden av Lings verksamhet, tiden i Lund, veta vi för övrigt i metodiskt avseende icke annat än att rotmästare varit i bruk sedan 1807 (samma år anbefallde den nya skolordningen gymnastik för läroverken) och att *en* grupp av gymnastiserande utgjordes av dem, för vilka "somliga aktiva öv-

ningar voro gemensamma för alla eller för de flesta "[i gruppen]; vidare — och det tyder på otillräckliga möjligheter för de gymnastiserande — att det fanns en annan ganska heterogen grupp, som betod av talrika friska och svagare samt "åtskilliga ganska skröpliga deltagare" som "på den tiden begagnade gymnastiken samtidigt". Några allmänt hållna metodiska anvisningar påträffa vi uti ett handskriftsfragment av Ling i ett omslag med påskriften "Gymnastik för folkskolor", liksom i en annan handskrift om gymnastik, icke nedskriven av Ling utan av C. F. Dahlgren, gymnastiskt intresserad och tillika Lings vän och hans främjare i riksdagen. Handskriften återger säkerligen i huvudsak lingska tankar, ehuru något enkelt uttryckta. Handskriftsfragmentet av Ling lämnar anvisningar, som styrka, att även glädjemomentet uppbar den P. H. Lingska gymnastiken. Ling var en vän av fasta, men icke av fastlåsta former. Den dahlgrenska handskriften låter oss förstå, att Ling insåg differentieringens betydelse. Den skiljer mellan "gymnastik för yngre till och med 18 år" och "gymnastik för personer ifrån och med 18 år".

I det trots sin heterogena karaktär gymnastiskt viktiga förslaget 1820, möta vi för första gången ett begrepp, som blev avgörande för Lings gymnastiska metodik, nämligen dagövningen. Och han ger följande direktiv för denna: "Hvarje dagöfning bör bilda ett Helt genom sin sammansättning". Han anger icke närmare hur sammansättningen skall ske, om rörelseförrådet i dess helhet tages i anspråk, men hans mening är klar. Helheten i dagövningen måste åstadkommas genom att sammanställa rörelser ur olika rörelsesläkten, tillsamman främjande en harmonisk kroppsutveckling. Han ägde en klar uppfattning om att det fanns släktgrupper inom rörelseförrådet och att dessa bildade den egentliga gymnastiska indelningen. Han säger, att rörelserna delas i "genera och species" — vad vi kalla rörelsesläkten med deras underavdelningar. Han skriver också: "denna indelning i fristående öfningar, appareljgymnastik, stödrörelser, m. m. äro blott yttre kännemärken icke någon inre väsentlighet: liksom man *till det yttre*

tydelse för gymnastikens utveckling tänkte Ling på samma sätt som den tidens läkare. Svenska läkare-sällskapets årsberättelse, 1821, (s. 40) anser att "Gymnastikens vetenskap grundar sig på kunskapen om människokroppens byggnad och i synnerhet på de Anatomiens delar, som utgöra Osteologien och Myologien". Lings och andras synpunkt må vara gammalmodig, och anatomien må vara otillräcklig som hjälpvetenskap åt gymnastiken — det är i alla fall så, att utan en anatomisk kännedom om människokroppen hade en nödvändig förutsättning för gymnastikens utveckling saknats.

Vad som kanske brast Ling själv i anatomiskt hänseende kunde hans lärjunge Branting ersätta. Dennes kvalifikationer i detta avseende är det omöjligt att förneka. Hans skicklighet i anatomi vitsordades av en berömdhet som Anders Retzius. Branting liksom Hjalmar Ling ägnade sig ock åt fysiologien jämte anatomien. Man bör icke heller förgäta de anatomiska och fysiologiska studier, som bedrevos av ännu en lärjunge, C. A. Georgii. Fysiologien var ju i sin begynnelse på Lings tid. Den saknades därför icke vid det gymnastiska institutet i huvudstaden. L. G. Branting hade genom lärofaderns förmedling fått studera anatomi och fysiologi vid Karolinska institutet och Serafimerlasarettet, där män som Anders Retzius och Jöns Jacob Berzelius verkade. Han har i handskrift efterlämnat ett utkast till en lärobok i fysiologi, ett bortglömt faktum. Man har också förgätit hans föreläsningar, bevarade till vissa delar i handskrift. De äro liksom utkastet utmärkta av en vetenskaplig aspekt. Det är ett misstag att tro, att hans utbildning skulle ha hindrat honom att befordra utvecklingen av gymnastiken, under iakttagande av naturvetenskapens rön.

Även Hjalmar Ling har underskattats i vetenskapligt avseende. Han ägde förutsättningarna, också han, att föra gymnastiken vidare i den riktning fadern önskat. Han studerade anatomi bl. a. vid Karolinska institutet. Han följde i Paris de föreläsningar, som höllos av den berömde franske fysiologen Claude Bernard; han följde den kliniska undervisningen vid Hôtel Dieu. Hans överdrivna pietet för faderns gymnastik

är likaledes en förment egenskap hos honom; exempelvis tvekade han icke att ändra de gamla redskapen så, att de blevo lämpligare för skolbruk, vilket på sin tid framkallade kritik, och han anmärkte på det naturfilosofiska draget i faderns spekulationer på gymnastikens område. Alltså bland de män som byggde upp vår gymnastik ägde både anatomien och dåtidens fysiologi sina målsmän. Både Branting, Georgii och Hjalmar Ling voro väl rustade som P. H. Lings medhjälpare. Han har ju icke ensam kunnat utföra allt gymnastiskt arbete, men han har förstått, att under sin egid insätta goda krafter. Det behövs en revision av uppfattningen, att Lings pedagogiska gymnastik icke varit vetenskapligt eller låt oss säga rationellt underbyggd.

Man har berömt Ling för hans strävan att förbinda gymnastik och naturvetenskap, för hans försök att praktiskt förverkliga den tanken. Berömmet följes emellertid av påståendet, att försöket grundligt misslyckades. Så J. Lindhard. Konsekvensen av misslyckandet blir, att den svenska gymnastiken från begynnelsen, allt till dag som är, måste betraktas som misslyckad, ty man använder alltjämt Lings rörelseförråd, och många bland hans direktiv beaktas än i dag.

Vilka brister vidlåda, enligt kritiken, Lings rörelseförråd och dagövning, vidare utbildade av Hjalmar Ling? Det är förenat med vissa svårigheter att bestämma ett rörelsesläkte till skillnad från andra och att sammanställa en dagövning. Hjalmar Ling har icke undgått kritik för sitt förfaringssätt. Jag kan icke finna kritiken tillräckligt befogad. ”En saaden Indeling maa vist nok opfattes som et Udslag af den fejlagtige Forestilling at vi besidder et organiseret Øvelsestoff hvis Virkninger paa Menneskelegemet vi behersker og forudsige indtil Detailler”. Vi komma ej längre än till att indela ”Stoffet i store Grupper paa Grundlag af Erfaring; vi kan till Nød dele Øvelserne efter deres Virkning paa dette eller hint større Legemafsnit”. Svårigheten att indela rörelsestoffet i detalj insågs klart av Hjalmar Ling. I sin Rörelselära, 1866, talar han om: ”— olikheter, som tjena att beteckna de *största om-*

fattande rörelsesläkterna från hvarandra i deras allmänhet, hvarvid bör ihågkommas, att alla förnuftiga indelningar af samma lefvande föremål måste *korsa* hvarandra".[1] Det torde även P. H. Ling ha insett, när han framhåller, att även andra kroppsdelar måste såsom antagonister deltaga i rörelsen. Ändock utförde Hjalmar Ling sin indelning och byggde därpå sina dagövningar. Han gjorde det till undervisningens gagn. Funnes inga anvisningar, sådana som läroböckernas uppdelning av stoffet i släktordningar, så skulle ju varje gymnastiklärare och gymnastikledare, för att kunna förfara så riktigt som möjligt, behöva ett mått av kunskap, som ej rimligen kan begäras, och ett gymnastiskt korrektionsarbete kan icke bedrivas utan en förnuftig indelning av rörelserna och deras verkningar. En indelning bibehålles alltjämt, till en god del efter Hjalmar Lingska linjer. Det visa bl. a. gymnastikinstruktionen för armén och marinen, 1925, och Lärobok i gymnastik, avsedd för Gymnastiska centralinstitutet och folkskoleseminarierna, 1932. Instruktionen av 1925 vinner ovannämnde kritikers gillande. Han anser, att instruktionens betydelse "kan vanskeligt overvurderes"; den bryter med "den Efter Lingske Dogmatik og er en Tilbageføren af den Svenska Gymnastik til den Oprindelige Lingske Linie d. v. s. til Forbundet med Naturvidenskaben". Jag kan icke finna, att förbindelsen ifråga varit upplöst sedan P. H. Lings tid, vare sig av Hjalmar Ling eller andra efterföljare, möjliga undantag medgivna. Instruktionens indelning av stoffet innebär icke någonting omvälvande nytt i förhållande till Hjalmar Ling. — Som bekant, erkänner modern vetenskap svårigheten av en exakt anatomisk-fysiologisk indelning.

Som sagt, bland de män som byggde upp vår gymnastik ägde både anatomien och dåtidens fysiologi sina målsmän.

Ser man sig om bland de med Ling samtida gymnasterna, så söker man förgäves efter den rationella indelning av rörelse-

[1] Jag får icke klart för mig riktigheten av Lindhards och Gaulhofers kritik av Hj. Ling i resp. Gymnastikteorien och Lingiadens förhandlingar, 1939.

stoffet och den därpå uppbyggda dagövningsprincipen, som skymta hos P. H. Ling. I Clias' Anfangsgründe der Gymnastik 1816, ingår visserligen anatomisk instruktion (s. 37 ff.) och även Amoros upptar en anatomisk-fysiologisk synpunkt, men varken hos den ene eller den andre synas rörelsernas indelning och uppställning ha befruktats av anatomiska, respektive fysiologiska, direktiv. Vad man finner inom den gymnastiska dåtiden, är allmänna förhållningsregler om kommandot, om lämplig tid för övningarna, om vikten av glädje och munterhet, om individuell behandling, d. v. s. övningar, som överensstämma med disciplarnas kropps- och hälsobeskaffenhet m. m. Ibland möter oss en föreskrift, som synes oss nutida väl naiv, som den att icke hålla tungan mellan tänderna (Nachtegall). I gengäld få vi ett så viktigt och riktigt råd som att öva båda sidorna — en föreskrift av antikt ursprung, — att betrakta kroppen som en helhet, att undvika akrobatik m. m. Också Ling lämnar "Allmänna reglor" för kroppsutbildning. Reglerna förefalla icke oss märkliga, men de hålla måttet och mer till, jämförda med andra dåtida föreskrifter. De ganska fåtaliga definitioner och begreppsutredningar angående pedagogisk gymnastik, som förekomma i Gymnastikens allmänna grunder äro utmärkta av klarhet och reda, i motsats till det naturfilosofiska dunkel, som vilar över åtskilliga andra delar av framställningen i nämnda arbete. Mer allmänt sett, är det obestridligt, att Ling genomarbetat både stoff och metodik på ett annat och grundligare sätt än andra med honom samtida gymnaster.

Dagövningen och den därmed sammanhängande indelningen av rörelsestoffet, utgör ett centralt moment i Lings metodik. Andra viktiga sidor av denna är fordran på formbestämdhet vid rörelsernas utförande. Varje "sann rörelse" måste ha "en bestämd utgångspunkt, hvarifrån den skall beräknas, vissa punkter hvarigenom den gått och en viss slutpunkt, där den skall upphöra". (Saml. Arb. III, s. 488). Detta direktiv återfinner man dess bättre än i dag; så i Lärobok i gymnastik, 1932 (s. 132) med tillägget "slutpunkten beror

ofta av de individuella möjligheterna". Vidare inbegrep P. H. Lings metod en nyansering för olika åldrar; den kommer även i våra dagar till sin rätt. Efter Lings död skulle den ha försvunnit, enligt vad som ibland uppges. Stöd för denna åsikt kan i varje fall icke hämtas ur Hjalmar Lings skrifter. För att hålla oss till P. H. Lings tid, och för att vederlägga påståendet, att han och hans lärjungar mest bedrevo en onyanserad soldatgymnastik, vill jag anföra en dagövning av hans lärjunge de Ron. Den var avsedd för eleverna i en flickskola i Stockholm. En gång mitt i varje lektion skulle de få resa sig, gå fram på golvet och utföra en serie av 8 à 9 rörelser, så sammansatta, att alla kroppens muskler kommo i verksamhet. Det hela tog 3 à 4 minuter. Dagövningen lyder som följer:

Rörelserna kallas: *1* Rulla, *2* Såga, *3* Hugga, *4* Trampa, *5* Niga, *6* Hopp och släng, *7* Hoppa tipp, tipp, *8* Tuppgång, *9* Armföring.

Rörelserna utföras sålunda:

1 Höft. fäst gren-stående bålrullning men med rörlighet såväl i höft- och knäleder som i veklifvet.

2 Med höger och vänster arm växelvis utföres en hastig armböjning och sträckning framåt, nedåt, utåt och uppåt. Vid armsträckning nedåt böjes rygg och knän så, att fingerspetsarna kunna nå golfvet och vid sträckning uppåt rätas kroppen ända till lindrig bakåtböjning.

3 [1] Sträck-gren-stående utgångsställning intages, händerna knäppas samman och man imiterar en vedhuggares rörelse, då han fäller yxan med kraft, armarna böjas lindrigt, så att bröstkorgen icke hoptryckes.

4 Utföres som gång på stället med knäuppryckning.

5 Höft. fäst. stående tåhäfning och knäböjning.

6 Hopp på stället: armarna svängas upp i hoppet, så att hela kroppen är utsträckt, nedsprånget göres på tå som vanligt.

7 Man gör två vanliga svikthopp och därpå en hastig knä-

[1] "Huggningen bör till en början göras med försiktighet."

böjning, så åter 2 svikthopp och knäböjning, och upprepar detsamma ännu en gång.

8 — —. Tuppgången har stor betydelse äfven som balansrörelse och kan naturligtvis göras såväl med liksidigt som oliksidigt fästa händer: nackfäst med ena, höftfäst med andra o. s. v. Skulle förhållandena medgifva det, tages språngmarsch på stället under armsvängning och sång, detta verkar i hög grad lifvande.

9 Utföres som vanlig armföring, med eller utan tåhäfning."

"Dessutom hade alla elever, stora som små, 20 till 25 minuters gymnastik dagligen". — Ling själv var visserligen en metodbildare, men i praktiken lät han icke, som en personlig lärjunge till honom framhåller, formerna överväldiga anden i undervisningen. Han kunde frigöra sig från formerna. En som var med på Lings tid har berättat, hur det kunde gå till. "Alla möjliga redskap såsom hästar, plintar, bommar och spränghinder uppställdes på vederbörligt avstånd från varandra runt salens väggar och så bar det iväg över hindren, det ena efter det andra med största möjliga fart. Någon frågar kanske vad det var för mening härmed. Enligt min tanke gjorde han det för att giva impuls till djärvhet och sinnesnärvaro". När Ling föreskrev fasta former, så menade han icke därmed fastlåsta.

Det anmärkes ibland, att kvinnogymnastik saknades hos Ling och därav drages lätt den slutsatsen, att han ansett den manliga gymnastiken t. o. m. utan vidare lämplig för kvinnor. Så förhöll det sig icke. Han skriver: "Qvinnan behöfver helsa såväl som mannen". Han betonar också behofvet av olika gymnastik för man och kvinna: "hennes psykiska anlag fordra dock en lindrigare behandling" m. m. Han uppfattade således klart behovet av kvinnogymnastik, vilket ingalunda var fallet med alla pedagoger på hans tid. Någon beskrivning på hur han tänkte sig denna gymnastik har jag icke funnit.

Några rader vill jag tillägga i detta sammanhang. Det fanns gamla indelningar av rörelserna. Redan Guts Muths anser, med rätta, att de voro ytliga och tillfogar, att bäst

vore "die Gründe zu einem gymnastischen Systeme vom menschlichen Körper selbst herzunehmen". Han avstod emellertid från försöket. Han omnämner, men utför icke, en anatomisk indelning, ehuru den, enligt hans mening, skulle vara lätt nog att genomföra. "Es würde keine grosse Schwierigkeit gehabt haben, mit Hilfe eines guten anatomischen Handbuches und eines sachverständigen Artzes alle bisherigen gymnastischen Übungen in ein völlig anatomisches System zu bringen". Uppgiften var icke så lätt, och det blev Ling, som tog sig an den, och Hjalmar Ling fortsatte arbetet. Man kan icke på sakliga grunder isolera Hjalmars Lings verksamhet från faderns. Sonen blev tidigt invigd i faderns gymnastik — "redan från yngsta åren bildats under ledning af sin snillrike fader", såsom Branting skriver,[1] och han verkade senare som lärare vid institutet. I motsats till dr Signe Prytz anser jag det bevisat, att han fullföljde, i ordets egentligaste mening, sin faders gymnastiska gärning. Han mottog arvet från denne, och han förvaltade det väl. Det är ett misstag att tro, att Hjalmar Ling liksom P. H. Lings efterträdare på föreståndareplatsen, L. G. Branting, icke skulle ha utvecklat gymnastiken under iakttagande av naturvetenskapens rön. Deras egen utbildning skulle ha hindrat dem däri. Som jag visat, är detta ingalunda fallet.

Om man inför Gymnastikens allmänna grunder, P. H. Lings arbete, med dess för oss främmande organismbegrepp och dess spekulationer, framträdande särskilt i kapitlet om sjukgymnastiken, känner sig manad att frånkänna Ling vetenskaplig gymnastisk uppfattning, är det förklarligt. Man förbiser emellertid därvid, att hans gymnastiska praxis visar hän i annan riktning. Jag återkommer härtill i kapitlet om sjukgymnastiken.

Vad lärjungarna, närmast Hjalmar Ling beträffar, är det allt annat än berättigat att förbise de vetenskapliga krav, som han bevisligen uppfyller. Därom vittna hans skrifter, så ock

---

[1] I en handskrift (L. M. Törngrens Efterl. papper).

hans studier utomlands och hemma. Man kan icke rättvisligen bortse från att en vetenskaplig-rationell kärna av fundamental betydelse från början funnits i svensk gymnastik, på samma gång man skall medge, att det vetenskapliga underlaget fått nya tillflöden under tidens gång. Jag kanske bör använda ordet rationell, då beteckningen vetenskaplig på sina håll synes vara förmäten. I grund och botten beteckna båda orden detsamma. Vetenskaper, som kunna vara stöd och hjälp åt gymnastiken, ha utvecklats oerhört sedan Lings dagar, men därför får man icke uppfatta Lings och hans lärjungars arbete som ovetenskapligt.

Under sin ganska växlande historia, icke alltid kännetecknad genom förkovran av gamla landvinningar, har svensk gymnastik gått sin egen väg, liksom grundaren, och bevarat det lingska rörelseförrådet och de lingska direktiven, om också mer eller mindre uttryckligt. Detta skulle väl ej ha varit möjligt, om icke utgångspunkten innehållit rationella moment. Det rationella, det förnuftiga, har en viss makt över tiden. Det har ock en viss makt över rummet, och det har haft, för vår gymnastiks vidkommande, förmågan att emellanåt övervinna det nationella, d. v. s. de hinder, som naturligt nog rests på främmande mark mot det gymnastiskt nya, som kommit från vårt land.

Vi ha många slags gymnastik i våra dagar, många olika kategorier behöva olika gymnastisk behandling. *Den lingska metoden åsyftar närmast ungdomens harmoniska utveckling och vill således samverka med den intellektuella utbildningen.* I korthet uttryckt, kännetecknas denna metod av klart utformade grundsatser, sådana som rörelsernas formbestämdhet, deras korrektiva syfte, deras gradvisa stegring, den fristående gymnastikens koordination med redskapsgymnastiken. Ibland kommer den åsikten fram, att Lings gymnastik i dess helhet skulle bestå av några fristående rörelser. Ling själv säger, att den fristående "utgör icke ensam något afslutadt helt i motsats till den pedagogiska gymnastikens övriga delar" (Saml. Arb., III, s. 578). Det pedagogiska momentet utgör, ehuru dess be-

fintlighet icke så ofta framvisas, en viktig sida i vår gymnastik. Visst har vetenskapen och kritiken rätt att säga sitt ord i gymnastiska frågor. Men på enbart vetenskaplig grundval bygger man icke en praktisk-pedagogisk gymnastik. På samma gång jag anser, att de insikter, som P. H. Ling och Hjalmar Ling och den förres medhjälpare ägde, räckte ett gott stycke, då det gällde att utmäta den vetenskaplighet, som var nödvändig för vår gymnastik, vill jag erinra om att gymnastikens historia är en del av pedagogikens, och P. H. Ling bör man tilldela en framstående plats inom pedagogikens hävder. Hans förmåga att vinna och hänföra ungdomen bestyrkes av mer än ett dokument.

Kap. V. LING OCH SJUKGYMNASTIKEN.

Från den pedagogiska gymnastiken har sjukgymnastiken utgått. Vi ha Hjalmar Lings ord därpå. Till P. H. Lings erfarenheter hörde den, att rörelse ägde en välgörande verkan på en krämpa som gikt, varav han själv plågats. Rörelse kunde således användas i terapeutiskt syfte. Det gällde emellertid att utforska, vilka rörelser, som voro gagneliga för olika åkommor, och därpå skulle han nedlägga mycket arbete, vilket fortsattes av efterföljare.

Vi möta här en ny gren av Lings gymnastik, den sjukgymnastiska eller medikala, som han kallar den. Två andra grenar av gymnastiken har han också bearbetat, den militära (användning av handvapen) och den estetiska, grundad på konstsinnets fordringar, beträffande "attityder och gester hos skådespelaren och talaren m. m." samt angående "den lefvande modell, som Målaren eller Bildhuggaren begagnar o. s. v.", såsom han en gång uttryckte saken. Det blir summa fyra olika slag av gymnastik. Det finns en gymnastisk fyrdelning även på annat håll, hos Amoros, som var samtida med Ling. Man har menat, att Ling upptagit denna fyrdelning.

Ling använde uttrycket *medikal* om sjukgymnastiken, icke medicinsk. Om också ordet medikal är upptaget från franskan, så behöver det icke vara en verbal inspiration från Amoros lika litet som *militär* gymnastik. Benämningen på det återstående slaget av Lings gymnastik kan knappast jämföras med Amoros' beteckning. När denne talar om gymnastique *scénique ou funambulique,* så står han bra fjärran Lings uppfattning om estetisk gymnastik. Funambulique betyder ju

"till lindanseriet hörande". De olika grenarna av den lingska gymnastiken hade vuxit fram, innan Amoros' indelning blivit synlig i tryck (1828), och de måste väl haft benämningar dessförinnan. 1808 — i handskriften om Allmän gymnastik från detta år — talar Ling blott om pedagogisk och militärisk gymnastik. Allmän gymnastik sätter han lika med den egentligen pedagogiska. Han hade väl då icke mera att bjuda på. År 1815 satte han i gång med sjukgymnastik, enligt uppgift av P. J. Liedbeck. Redan i hans "behandlingar" från lundatiden finner *man rörelsetyper, som upptagits av senare tiders sjukgymnastik.* Åren närmast efter överflyttningen till Stockholm föreläste Ling i konstnärligt syfte — han var alltså inne på estetisk gymnastik. Att han bedrev pedagogisk gymnastik och fäktning (militärgymnastik) i Lund (1804—1813) behöver ej påpekas.

Själv ansluter Ling sin fyrdelning till antiken. Han skriver: "Greker och Romare tänkte sig Gymnastiken fyrfaldig". Om denna fyrdelning är antik, är väl diskutabelt. Däremot har Ling oförtydbart upptagit andra antika synpunkter, som den, att gymnastikundervisningen bör lära ungdomen att kämpa för fäderneslandet och även befordra kroppens sundhet. I Gymnastikens allmänna grunder har Ling definierat de olika slagen av sin gymnastik i ordalag, som torde vara kända.

I fråga om den gamla indelningen av svensk gymnastik kan det förtjäna anföras vad som säges därom i en handskrift, nedskriven av Lings lärjunge L. G. Branting. Där talas om "pädagogisk, medborgelig eller friskgymnastik" — samtliga tre benämningar betecknande samma sak. Denna gren bör betjäna sig av "Anatomien och Physiologien —". Vidare behöva vi medikal- eller sjukgymnastik. "Nosologien, Symptomatologien, Semiotiken och Aetiologien" äro dess hjälpvetenskaper. Vidare ha vi "Militär- eller Vapen Gymnastiken" och "slutligen den estetiska Gymnastiken".

Om den medborgerliga framhålles det, att den "omfattar 3:ne olika läror: den Fristående eller Fältgymnastiken; den egentligt medborgerliga Gymnastiken samt den estetiska eller

skön-Gymnastiken". Vi få också veta, att "pædagogiska [medborgerliga] Gymnastiken lär, på hvad sätt de skiljaktiga kroppens organer kunna, med tillhjelp af maschineri vinna högsta möjliga normala utbildning. Är följak[t]ligen blott en fullkomligare fältgymnastik".

Lings sjukgymnastik hör historien till. Man slår icke upp avdelningen om medikalgymnastik i Gymnastikens Allmänna Grunder för att därur hämta direktiv. Lings sjukgymnastik måste bedömas ut historisk synpunkt, mot bakgrunden av hans tid och tiden förut, icke blott med vår tids ögon. Det är kritiklöst.

Till den framställning av Lings medikalgymnastik, som jag lämnat i Tidsh. unders., I, (sidd. 124—146) vill jag här foga uppgifter, icke medtagna i den tidigare framställningen, och även understryka några synpunkter. De upplysningar, som jag från olika håll lyckats samla, äro icke tillräckliga för att klart fixera en bild av P. H. Lings sjukgymnastik. Med den utveckling, vari denna var stadd i Lings och hans lärjunge Brantings dagar är det f. ö. ganska naturligt, att bilden delvis blir obestämd. Det källmaterial, som står oss till buds, är emellertid tillräckligt för att motbevisa de i ögonen fallande misstag, som kritiken gjort och gör.

Vi äga några handskrivna sjukbehandlingar av Ling (i G. C. I:s arkiv). I några brev berör Ling ock sjukgymnastiska rörelser. Trenne P. H. Lingska "behandlingar" äro avtryckta av Hjalmar Ling i Brantings Efterlemnade handskrifter (slutet). Vi sakna emellertid motsvarande beskrivningar på den åkomma, som behandlas. I en bunt med handskrivna sjukbeskrivningar finnas några få anteckningar av P. H. Ling, avsedda att fullständiga sjukbeskrivningen. Inga upplysningar om behandlingen lämnas. Jag har funnit summa 3 sjukbeskrivningar med sådana anteckningar. Om rörelser, som använts, få vi å andra sidan upplysningar av annat källmaterial, men icke om de motsvarande sjukdomarna. Möjligen kan man hitta någon enstaka ganska vag anvisning därpå. Delar av handskrifterna till medikalgymnastiken i Gymnstikens all-

männa grunder finnas kvar, men de säga oss knappast något utöver den tryckta texten. (Om handskrifterna, se kommentaren.) — Så står saken till i fråga om Ling. I Kinetic Jottings (1880) av C. A. Georgii, personlig lärjunge till Ling, få vi några uppgifter om såväl sjukbehandlingen som arten av krämpan. Delvis har utvecklingen i Lings dagar på friskgymnastikens och sjukgymnastikens områden gått jämsides. Ett gammalt dokument säger oss, att Ling 1815 börjat med sjukgymnastik och att denna 1818 var i sitt flor. Med arbetet inom de båda grenarna fortsatte Ling till sin död. Tanken på gymnastikens medikala användning hade tidigare än det angivna årtalet (1815) vuxit fram hos Ling. På sjukgymnastiken peka två "behandlingar" från lundatiden (1805—1813). Sjukgymnastiska rörelser förekomma i dem.

De rätt många sjukgymnastiska rörelser, som dokumenten i deras helhet omtala såsom använda av P. H. Ling, väcka vår uppmärksamhet, och man blir misstänksam inför uppgiften, att han icke kommit med något nytt inom medikalgymnastiken. Vid närmare eftersyn behöver man icke stanna i tvivel, att Ling genom sina sjukgymnastiska bemödanden gjort en insats även i sjukgymnastikens utveckling. Påståendet om motsatsen är så oriktigt, att man förvånas däröver.

"I sanningens namn", skriver en svensk läkare, E. A. G. Kleen, i sin Handbok i Massage (1894), "måste jag erinra om, att intet — absolut intet — af hvad Ling lemnat, var nytt". Det är ett förhastat omdöme. Författaren tillerkänner dock Ling åtskilliga förtjänster, och han instämmer icke i den befängda åsikten, att Ling i sin sjukgymnastik skulle ha kopierat ett kinesiskt arbete. I en senare upplaga av Handboken förekommer icke det anförda omdömet om Lings negativa insats. Man får i denna upplaga (1923) intryck av en något mildrad dom [1]. Kleens omdöme om Lings sjukgymnastik har måhända

---

[1] I Handbok i Rörelseterapi, 1939, (s. 11 ff), av Ingeborg Eriksson, Rut Elliot, Harry Hinricsson, finner man med nöje en rättvis, historisk synpunkt på Ling. — En jämförelse mellan de resultat, till vilka jag kommit, ifråga om Lings sjukgymnastik och den uppfattning, som professor

tillkommit genom en alltför god tro på vad föregångare inom kritiken haft att säga. Fransmannen J. Estradère, ”docteur en médecine de la Faculté de Paris”, har i sin bok Du Massage, son historique, ses manipulations, ses effets physiologiques et thérapeutiques, 1863, frånkänt Ling all originalitet.

Om det förhölle sig så, som han säger, måste den svenske sjukgymnastiken ha några källor, som Ling samvetsgrant utnyttjat. Vår författare pekar på två sådana, av vilka den ena är ovanligt långsökt, även i den meningen, att den ligger mycket långt borta både i rummet och tiden.

Ling skulle ha forskat i en gammal skrift, som berör kinesiska seder och bruk, och därur hämtat sin sjukgymnastik. En skildring från 1700-talets slut över kinesernas gymnastik skulle ha utgjort källan för hans sjukgymnastiska visdom. Skildringen ingår i Mémoires concernant l'histoire, les sciences, les arts, les mœurs, les usages, etc. des Chinois, par les Missionnaires de Pe-kin, 1779, och den bär titeln Notice du Cong-fou des Bonzes Tao-sée. — Från detta arbete har Ling utgått, enligt Estradère: alla de rörelser, som Ling angivit, äro beskrivna däri. Således: Lings sjukgymnastik är blott en fotografisk kopia av kinesisk terapi. Jag kan ej neka mig att anföra några prov på den kinesiska terapin.

Likheter finnas mellan alla gymnastiska system eller s. k. system, och det är icke underligt, då alla behandla samma ämne, människokroppen, men även om man kan leta fram några kongruensfall mellan Ling och kineserna, så blir man på samma gång övertygad om fundamentala olikheter, som icke låta sig överbygga. Man finner hos kineserna råd som dessa, fogade till en bildframställning (s. 446 fig. a. Mémoires): sittande ställning med armarna framsträckta, huvudet och kroppen vridna åt sidan — denna ställning är till för att ”dégager la poitrine, tempérer l'ardeur du sang, délasser”. Eller

---

J. Lindhard företräder i sin bok om den ”Svenske Sygegymnastiks Oprinnelse” 1944, har jag tillfälle att göra i Fysisk Fostran och Vetenskapen, 1945.

en annan sittande ställning med ena armen utsträckt, den andra lagd ovanför ena bröstvårtan — verkar mot "l'asthme, les douleurs de reins & d'entrailles; il ne faut pas tourner la tête". Ännu en sittande ställning: händerna knäppta om fotsulorna — verkar mot "les songes & illusions nocturnes, & leurs suites". Med mera!

Beskyllningen mot Ling för plagiat väckte uppmärksamhet på mer än ett håll; i vårt land mindre än i utlandet, synes det. Estradère var icke ensam om anklagelserna. Han hade en föregångare i N. Dally, vars Cinésiologie utkom 1857. Dally liksom Estradère och en annan senare kritiker, J. Schreiber, ha med skärpa vederlagts av Dr Hermann Nebel i Archiv für klinische Chirurgie, XLIV, 1892. Två föregående arbeten av Nebel visa, att han satt sig in i svensk sjukgymnastik.

Legenden om den lingska sjukgymnastikens kinesiska ursprung, som fått en viss spridning, har insatts i sin rätta dager, utom av Nebel, även av en annan tysk, professor Erwin Mehl i Wien. I Deutsche Turnzeitung, 1920, Nr 6, har han skrivit en artikel, där han i korthet formulerat sin åsikt sålunda: Redan en flyktig blick på Lings gymnastik visar orimligheten att på grund av några likheter påstå, att Lings metod vore en kopia av den kinesiska, och hela låne- och kopieringshistorien är "ett så lättvindigt och värdelöst påstående", "att det rakt icke förtjänar en allvarlig vederläggning".[1]

En annan historisk aspekt än den kinesiska är betydelsefull för bedömningen och uppfattningen av Lings sjukgymnastik. Den grekiska antiken har under långliga tider haft stor betydelse för den gymnastiska terapin. Lika litet som någon annan har Estradère, som anser även det forna Grekland ha varit en fyndort för Lings sjukgymnastik, befattat sig med en utförligare undersökning av Lings ställning till antiken och den antika traditionen, en undersökning, som naturligtvis är nödvändig för ett opartiskt bedömande. Den franske författaren understryker med iver massagens roll under antiken;

---

[1] Mehl, a. a., s. 47.

med massage menar han sjukgymnastik överhuvud. Hos Ling och hans efterföljare såsom Wide, Frostell m. fl. har massage icke den vida betydelse, som Estradère gav ordet. Ling, som använde massageformer, skulle i antiken haft en honom överskuggande förebild på sjukgymnastikens område.

Antikens gymnastik, icke blott dess massage, har inverkat på de primitiva sjukgymnastiska försök, som gjordes på Lings tid, innan han ännu gjort sin insats. Det är ett historiskt faktum. Låt oss se till vad antiken och den därifrån utgångna traditionen haft att bjuda på i sjukgymnastiskt avseende. Först ett par belägg för Lings uppskattning av antikens sjukgymnastik, en uppfattning som — jämte hans revision av antikens åsikter — tagit sig uttryck i hans skrifter och uttalanden.

En yngre samtida till Ling, hans svärson med. dr P. J. Liedbeck, låter oss veta, vad Ling, som för sin reumatiska arm i ungdomen dragit nytta av fäktningen, en gång meddelade om sin sjukgymnastiska inriktning: ”Kunde rörelse göra så mycket, tänkte jag; så måste ock mer än det kunna hjelpas med rörelse; och sedan kom jag att tänka på de *Gamles, serdeles Grekernas Gymnastik,*[1] studerade ock något deri; och så till sist tänkte jag: hvad som skett förr, måste ske än mera nu, blott att gymnastiken komme i allmänt bruk”. I den sjukgymnastiska avdelningen av Gymnastikens allmänna grunder uppställer Ling vissa föreskrifter angående ”rörelsernas qualitet” och betonar, att om rörelsen sker efter dessa föreskrifter”, ”tror jag den vara säker och öfverensstämmande med forntidens store gymnasters (Hippokrates och Galeni) system (Saml. Arb., III, s. 550 f.). Textstället är betecknande för Lings värdering av antiken; huruvida hans föreskrifter verkligen överensstämma med antika sådana, måste jag lämna därhän; de kunna också utgöra en lingsk tribut till sjukgymnastiken.

Att antiken haft sin betydelse för Lings sjukgymnastik, framgår kanske tydligast därav, att hans teori för denna gren av gymnastiken, är byggd på den grekiska tanken, att hälsa

---

[1] Kursiver. C. A. W. Citatet från Liedbeck efter mina Tidsh. unders., I, s. 143.

betyder harmoni inom organismen. Sundhet är en jämvikt inom organismen, säger också Galenos, liksom Hippokrates sagt det förut. Jämvikten berodde, enligt grekerna, på förhållandena mellan de element, varav kroppen består. Dessa kunde utgöras av bl. a. blodet, slemmet, gula och mörka gallan. Ling talar icke om sådana beståndsdelar hos organismen, men hans organismbegrepp är ett annat än vårt. Han utgår från att organismen består av tre grundkrafter: den dynamiska, den kemiska och den mekaniska. Om en av dem får övervikt, är harmonien bruten och ohälsa inträder.

Nu några ord om vad de grekiska förebilderna kunnat skänka i fråga om rörelseförråd och sjukgymnastisk metodik. Duplicerade rörelser eller motståndsrörelser äro ju karakteristiska för Lings sjukgymnastik, men de skulle icke härröra från Ling. Ännu i våra dagar vill man frånkänna honom utbildningen av rörelserna ifråga. Det sker på ohållbara grunder. Enligt *en* åsikt skulle Ling ha den grekiske Galenos (Galenus, 131—204 e. Kr.) att tacka för motståndsrörelserna. Enligt Estradère skulle dessa vara utbildade av en annan grekisk läkare, Oribasius (4:e seklet f. Kr.), och han vill styrka riktigheten av sin åsikt genom ett citat från Oribasius. Detta är långt och återfinnes, utom i Estradère's anförda arbete, s. 15 ff., även i Collection des médecins grecs[1], I, MDCCCLI, s. 482 ff — vilket jag påpekar för den möjligen intresserade.

Man frågar sig inför detta textställe, både en och två gånger, *var* lingska, duplicerade rörelser (motståndsrörelser) återfinnas i denna "apoterapi", vars manipulationer voro avsedda att utgöra avslutningen på en palestrisk övning, således insatta i ett helt annat sammanhang än det, vari Ling använde sina friktioner m. fl. massage-rörelser.

Det kan emellertid vara skäl att fästa uppmärksamheten vid Oribasius, vars verk skulle uppta allt som de antika läkarna hade skrivit (La grande encyclopédie tome 25, art. Oribase). Han låter oss förstå, hur en grekisk läkare uppfattade gymnastiken, så ur hälsobefordrande som ur mer speciell sjuk-

[1] Oribasius, ed. Bussemaker et Daremberg.

gymnastisk synpunkt. I sistnämnda avseende var det ingalunda sjukgymnastiska rörelser och behandlingssätt i *lingsk mening*, som han anbefallde, friktionerna undantagna.

Någon lämplig rådgivare åt en sjukgymnast efter våra begrepp om yrket äro icke de grekiska skrifterna. Där talas om friktioner, massage, men f. ö. är det friskgymnastiska rörelser, som få tjäna som botemedel. Behandlingssätten äro egendomliga nog. På tal om språnget, som delas i det enkla och i en annan art — motsvarande Guts Muths "der fortgesetzte Sprung" (Gymnastik für die Jugend, 1793, s. 120) — så anbefalles det enkla språnget för huvudets kroniska sjukdomar, för bröstet, "för individer, hos vilka kroppens ämnen ('les matières') vilja uppåt", för den, vars ben äro svaga — —. Bruket av hantlar passar för en individ med en magmun, angripen av fluss, svaghet eller syra.

För den följande antika traditionen har en indelning, som Oribasius gör, varit av betydelse. Han nedskriver denna beaktansvärda reflexion: Vi utföra själva rörelser av det slag, som vi nu talat om (med modern terminologi, aktiva rörelser); de följande däremot "komma utifrån" (passiva rörelser): segling, ridning, förflyttningar, som ske med åkdon och bärstolar ("les lits suspendus") eller med vaggor, som man sätter i rörelse eller vaggning på ammornas armar, för de små barnen; man kan också insätta friktioner i den klass av rörelser, som "komma utifrån". Några rörelser äro "blandade". Denna indelning i aktiva, passiva och blandade rörelser lever kvar i den gymnastiska traditionen från antiken ända in på Lings tid. Ling har en liknande indelning, men de rörelser av olika kategorier, som han använde, voro andra och sjukgymnastiska i en egentligare mening: de voro artificiella, sinnrikt artificiella.

Man har sagt, att motståndsrörelserna icke härröra från Ling; de hade tidigare begagnats av bl. a. Galenus [1]. Påståendet håller icke streck inför kritiken. Det är skillnad på motståndsrörelser och motståndsrörelser. Även mer allmänt sett

[1] Man kan icke kalla Galenus' motståndsrörelser för sjukgymnastiska i egentlig mening. Ex. på dem i Ræders uppsats, i Ak. Gymn., 1918.

torde det vara föga, som Ling kunnat hämta från Galenus i sjukgymnastiskt avseende. Ett kort prov på Galenus' framställning! "Ty dem som av någon obetydlig orsak få svindel, fallandesot, svår ögonsjukdom eller öronvärk, hjälper det ej genom huvudböjningar eller ryggböjningar eller genom att rulla dem på marken, utan snarare genom att använda ofta företagna promenader, sakta språngmarsch, promenad i bärstol ('gestatione vehiculis') som icke är tröttande. På samma sätt går det ej heller lätt med sådana, som ha svullna mandlar i svalget eller sjukdomar bestående i svullna körtlar strax ovanför larynx eller halssjukdomar". Citatet [1] kunde fortsättas, och jag tror, att det anförda tillräckligt visar, att Galenus icke är någon lämplig förebild för senare tiders sjukgymnaster, men han ger oss en sammanfattning av forntidens samlade medicinska vetande och kunnande.

Antikens gymnastikfrämjare hade blicken öppen för kroppsövningarnas (inklusive friktionernas) hälsobefordrande egenskaper, men någon sjukgymnastik i egentlig mening skapade de icke. Den antika tradition, som Ling skulle bryta med genom sin sjukgymnastik, fortsatte in på hans tid. Ett typiskt bevis för en fortlevande antikt traditionell uppfattning är ett under 1700-talets slut och 1800-talets början mycket spritt arbete, nämligen Tissot's Gymnastique médicinale et chirurgicale (1780). Arbetet blev översatt till svenska under titeln Medicinsk och Chirurgisk Gymnastik (1797).

Tissot's antika riktning visar sig på flera sätt. Han betonar — liksom Ling — organismens enhet och den harmoni mellan dess delar, som bör finnas. Han hänvisar till antiken — exempelvis till Hippokrates men även till på senare tid moderna författare. Den antika indelningen av övningarna återkommer hos honom. Framför allt erinrar han om grekerna därigenom, att han saknar ett sjukgymnastiskt rörelseförråd i modern mening, friktionerna undantagna.

[1] Medicorum graecorum opera, cur. C. G. Kühn, vol. VI, 1823. De sanite tuenda, cap. III, s. 324 ff). Omdömet om Galenus från Dr med. Erich Beintker, Die Werke des Galenos übersetzt, Einleitung s. 8, 1939.

Tissot's aktiva, passiva och blandade rörelser bilda sålunda en gruppering, som redan antiken gjort. Den kommer till synes också hos Ling. Hos denne äro emellertid kategorierna ifråga fyllda av rörelser, som till största delen äro andra än Tissot's. Bland rörelseformer inom nämnda tredelning finner man hos Tissot sådana, som direkt komma från antiken. T. ex. bland de aktiva: gång, löpande, språng, att gräva; bland de passiva: att föras "sakta i en båt på et stilla vatten"; bland de blandade: ridning (Oribasius hänför ridning till de passiva *och* till blandade rörelserna). Ett minne från antiken är också, att "vociferation" — skrikande — insättes bland övningarna; om vociferation talar ock Ling i sin medikala gymnastik (Saml. Arb., III s. 585).

Ett studium av Tissot's rörelseförråd visar, hur olika detta var det lingska. En sammanställning av det senare på grundval av Gymnastikens allmänna grunder, Lings "behandlingar" och andra uppgifter (såsom i C. A. Georgiis Kinetic Jottings, i P. J. Liedbecks Om folkmedicin) bestyrker, att *Ling brutit med den antika traditionen, att han, om också en och annan reminiscens från denna påträffas hos honom, har fyllt de gamla kategorierna* (aktiva, passiva, blandade rörelser) *med ett nytt innehåll.* Redan benämningarna tyda på andra förfaringssätt än de antikt traditionella.[1]

En översyn av Lings rörelseförråd säger oss, att han genom detta har berett vägen för nya sjukgymnastiska metoder. Av en del uttalanden i Gymnastikens allmänna grunder kan man utläsa, att Ling själv var medveten om att han kom med något nytt inom rörelseförrådet. En rörelse som ridning anbefalldes på hans tid som lämplig för en del åkommor. En auktoritet att åberopa från gammal tid hade man i den berömde engelske läkaren Sydenham från 1600-talet, som anbefallde nämnda övning. Ling har åtskilligt att erinra om beträf-

[1] Som prov på P. H. Lings "behandlingar" och sjukgymnastiska rörelser hänvisar jag till de reproduktioner därav, som Hj. Ling lämnat i Brantings Efterlemmnade Handskrifter, slutet. Förklaringar på tecknen lämnas i texten, i samma arbete.

fande ridningen som terapeutiskt medel. "Ridning är svår att så tillställa, att den ej ger för stark eller för svag, för långvarig eller för kort rörelse åt lungorna — —." I fortsättningen framhåller han fördelarna av att låta "motsvariga rörelser" utföras på vippmasten eller "annan skakningsmachin" (Saml. Arb., III, s. 534, s. 585). Å ett annat ställe framhåller han risken av gång och ridning vid hjärtåkommor; vid dem, som i andra fall, behövas artificiella sjukgymnastiska rörelser (a. a., s. 538 ff).

Vilka behandlingar, som kunna ha förekommit under tidernas lopp, är det, naturligt nog, omöjligt att utreda med anspråk på någon fullständighet, och man kan bli besviken på uppgifter, där man väntat sig sådana. Den som tar del av ett arbete med den i detta sammanhang lockande titeln Gymnastique médicale, ou l'exercice appliqué aux organes de l'homme, utgivet 1821 och författat av Charles Londe, "docteur en médecine de la faculté de Paris" m. m., finner snart, att sjukgymnastik i den mening senare tider fatta ordet, saknas däri. En andra del av arbetet var tillämnad, och den skulle omfatta "l'application des exercices à l'homme malade", men den utkom icke, såvitt jag lyckats utröna. Otvivelaktigt står Londe's arbete på ett plan för sig inom dåtida gymnastisk litteratur. Kroppsövningens metodik får en utförlig behandling, men arbetet pekar icke framåt ur rörelseförrådets synpunkt. Det stannar vid vad man måste kalla gammalt arvegods. Icke heller har C. F. Kock lämnat de upptrampade stigarna i sin skrift Die Gymnastik aus dem Gesichtspuncte der Diätetik und Psychologie (1830), ett arbete till vilket Ling i en anteckning hänvisar. I det kapitel, som handlar om Gymnastik als Heilmittel, rör Koch sig med citat från författare, som stå på gammal grund. Något nytt har jag icke funnit hos honom.

Ingen vill förneka, att behandlingar genom kroppsrörelse i terapeutiskt syfte, ha förekommit både långt före Ling och samtidigt med honom. I sina Kinetic Jottings (1880), lämnar oss C. A. Georgii upplysningar därom. Av särskilt intresse är en uppgift, som visar, att Ling ibland tidigare än en annan

samtida använt ett visst behandlingssätt. År 1819 utgav engelsmannen W. Balfour, M. D., ett arbete kallat: Illustrations of the Power of Percussion and Compression in the Cure of Gout and Debility of the Extremities, and in Prolonging Health and Longevity. Perkussion (tapotement), i olika former, hörde till de passiva rörelser, som Ling använde, åtminstone sedan början av 1813, skriver Georgii och tillägger, att manipulationen ifråga i en mångfald tillämpningar rättfärdigat det myckna beröm, som den fått av sin engelske "reinventor" (Balfour). Om något sjukgymnastiskt utbyte mellan Ling och Balfour kan man icke gärna tala. Den förre var väl vid ifrågavarande tid, 1819, icke tillräckligt känd för att kunna antas ha övat inflytande i utlandet. Några år senare, i 1820-talets slut, omnämnes Lings gymnastik i en fransk tidskrift, i allmänna drag. Möjligen kan detta bestyrka vad som uppges i Puschmann Neuburger, Pagel, Handbuch der Medicin, nämligen att Delpech (1772—1832, fransk läkare), accepterat de lingska motståndsrörelsernas princip.

Det är icke lärdomen, som ensam bestämt rörelseförrådet inom *frisk*-gymnastiken. Liksom fallet är med denna, kan en del *sjuk*gymnastiska manipulationer ha sitt yttersta ursprung i folkliga bruk. C. A. Georgii meddelar, att bland folket i Småland förekom ett slags behandling av torticollis, som liknade den passiva rörelse, som Ling begagnade under namn av valkning ("fulling"). Bekant är, att massage förekommer hos många folk.

Resultatet av föregående undersökning blir: *Ling skiljde sig från den antika traditionen och beredde vägen för en ny tids sjukgymnastik med nya behandlingssätt.* Hans sjukgymnastiska verksamhet visar sig, mot den historiska bakgrunden, betydelsefull genom direktiv, som kunde utnyttjas och förbättras; mycket är nu bortgallrat i överensstämmelse med medicinens landvinningar.

Jag tycker mig höra en fråga: Har verkligen Ling, som icke var läkare och som icke gjorde anspråk "på att vara ve-

tenskapsman" — har han kunnat få en sådan betydelse för sjukgymnastiken?

Hans sjukgymnastiska specimen, om jag så får kalla den medikalgymnastiska avdelningen i Gymnastikens allmänna grunder, är till stor del obegripligt för nutiden, då den rör sig med naturfilosofiska spekulationer, som ligga oss fjärran. Nu är det emellertid så, att nämnda skrift ger oss en fördunklad bild av Lings sjukgymnastik. Teorierna i Gymnastikens allmänna grunder bortskymma hans medikalgymnastiska praxis. Teoretiska spekulationer i stil med dem, som Ling gör i nämnda skrift, voro icke så ovanliga i den tidens medicinska vetenskap. På utländsk botten publicerade man t. o. m. en tidskrift, som behandlade naturfilosofi *och* medicin.

Ling utgår, som nämnt, från ett helt annat organismbegrepp än vårt. Inom den organism, som människan representerar, verka mekaniska, dynamiska och kemiska "agenter", krafter. "Allt vad vår organism tillägnar sig av den yttre naturen" (medikament och aliment) hör till den kemiska grundformen. Den dynamiska är den moraliska och intellektuella. Den mekaniska består i rörelse och muskelkraft. Den sista ville Ling utnyttja genom att tillföra läkekonsten ett dittills försummat medel, gymnastiken. Hur de olika krafterna, "agenterna", verka inom organismen debatteras i åtskilliga kapitel av Gymnastikens allmänna grunder. Det blir en labyrint av tankar och synpunkter. I stället för att stanna vid dem vilja vi vända oss åt annat håll för att få en riktig uppfattning av Ling som sjukgymnast. Märkligt nog är det några kritiska uttalanden från läkarhåll, som ge oss en rättvis uppfattning om Lings sjukgymnastik. Jämte den kritik de uttala, betona dessa läkare, som båda deltagit i Lings sjukgymnastiska behandlingar, den positiva förtjänst, som Ling inlagt i sin praktik, icke i sin teori.

Den ene av dem hette A. André (f. 1802, d. 1877), den andre C. U. Sondén (f. 1802, d. 1875).

I sin år 1842 — tre år efter Lings död — utgivna "Helso-Lära utan medikamenter, för friska och sjuka av alla stånd"

lämnar André en kritik av Ling som gymnast, en kritik, som innehåller det ena misstaget[1] efter det andra, men som också skänker oss ett erkännsamt omdöme om Ling. Denne hade "med outtröttlig ihärdighet" stritt för en "sann, hög och skön idé, lyckligt framgått på den praktiska banan från erfarenhet till erfarenhet". André säger sig ock ha haft tillfälle att på Lings institut "lära en stor mängd väl uttänkta rörelser, att se ett större antal patienter och även deltaga i deras behandling". Också Sondén framhåller, vid sidan av Lings teoretiska brister, det praktiskt värdefulla i hans arbete. Om man också kan finna ett och annat väl försiktigt formulerat omdöme i Sondéns uppsatser om Ling, så framgår det tydligt av dem, att Sondén långt ifrån varit någon okritisk natur. Han kunde exempelvis rikta sin kritik mot själve Israel Hwasser. Hans uttalanden om Ling återfinnes i Hygiæa, 2:dra bandet, 1849, no 3, i en recension av Gymnastikens allmänna grunder och i Tankar öfver praktisk Medicin. Om Sondén heter det i några biographica av P. J. Liedbeck: "Så snart gamle Ling gjorde Licentiat Sondéns bekantskap förstod han strax, att denne lärjunge kunde anwändas till beskrifwande af gymnastikens werkningssätt. Och så anlitades han snart som sådant biträde, mer än någon annan. Så widt man wet blef dock intet helt arbete dermed färdigt".

Otvivelaktigt sökte Ling tillgodogöra sig forskningens rön. Så torde man bl. a. spåra ett och annat intryck från den dåtida fysiologen F. X. Bichat's berömda Recherches sur la vie et la mort (1800) i Gymnastikens allmänna grunder. Att Ling i Lund studerat anatomi är känt. Jag vill blott erinra om sagesmannen i Gustaf von Heidenstams ord, att "sedan början dermed var gjord väktes hos honom en verklig lust och håg dertill". — Dessa rader saknas, ibland åtminstone, i citaten. En annan sagesman säger, att Ling gav "en vacker föresyn med sitt nästan dagliga besök hos A. Retzius å Kungsholmen, under

---

[1] Om Andrés många misstag — ett milt ord — se min art. om Ling och sjukgymn. i Svensk Gymnastik, Dec. 1944, s. 50 ff.

en vinter åtminstone af den gamle mannens sednaste lefnadsår, då han, som en annan lärjunge, sjelf åhörde den frejdade anatomens middagslektion öfver anatomiska och fysiologiska spörsmål, enär ännu icke så jemnt, som sedermera anatomisk och physiologisk undervisning gafs å Centralinstitutet". Å G. C. I. hade ett anatomirum inrättats och en medicinskt utbildad lärare, P. G. Cederschjöld, höll anatomiska föredrag liksom andra legitimerade läkare.

Faktum kvarstår, att Ling icke ägde medicinsk utbildning, och *en fråga tränger sig på oss: saknades icke, under sådana förhållanden, det vetenskapliga underlaget i den nya sjukgymnastik, som Ling grundade?* Enligt min mening fanns ett sådant efter den tidens krav, och skälet därtill är följande: Ling, som insåg betydelsen av medicinska hjälpvetenskaper åt gymnastiken, ordnade det så, att hans lärjunge och efterträdare, L. G. Branting, fick tillfälle att studera ifrågavarande vetenskaper. "Genom Professor Lings förord kom Branting i tillfälle att under några år studera vid Karolinska institutet och Serafimerlasarettet samt studerade kemi under Berzelii ledning", heter det i en biografisk uppsats över Branting, författad av en med honom samtida (Tidskrift i Gymnastik, I, 1874—82, s. 931—941). "Den redan då kände store anatomen Anders Retzius yttrade om Branting, att han egde stor skicklighet i anatomi. Denna vetenskap liksom fysiologi blefvo hans älsklingsstudier, ehuru han ej aflade någon offentlig examen. Detta blef ett vapen i hans motståndares händer" (ibid.). Branting var, som bekant, den som särskilt utvecklade den sjukgymnastik som Ling förde fram. Det har påståtts, att Branting icke varit naturvetenskapligt inställd. Han var det i hög grad. Det visa hans ännu bevarade föreläsningar. Man får också läsa, att det var till skada för sjukgymnastiken, som Branting, efter Ling, övertog ledningen av denna. Det var, på grund av hans utbildning, till stort gagn.

I Sondéns recension heter det: "Man finner lätt att Förf. (Ling) antingen med flit förbisett den pathologiska vetenskapens närvarande utveckling, för att efter egen tanka konstruera

något nytt och originelt, eller att han dermed varit obekant. Kanske är det rättast att antaga båda delarna, — —." Det resultat, vartill Sondén, som flera år hade arbetat under Ling, kommer i sin recension, är detta: "Lings förtjenst består hufvudsakligen deruti att han *praktiskt* ådagalagt gymnastikens verkningssätt, och allmänna användbarhet". — Det är ingen liten förtjänst. Tack vare den har en hel litteratur, icke minst av sjukgymnastiskt innehåll, vuxit fram i Sverige och i utlandet, varjämte en omfattande praktisk verksamhet har bedrivits och bedrives.

Sin erfarenhet som medikal gymnast visar Sondén i den ovannämnda uppsatsen Tankar öfver praktisk Medicin. Han belyser den tradition, som mötte Ling och som han bröt med. "Sålunda höra", skriver Sondén, "sådana rörelser som gång, åkning, ridning o. s. v. väl till gymnastiken (den pedagogiska), men ej egentligen till den medikala. Denna gymnastik måste nemligen, såvida den skall blifva en läkekonst, förstå att individualisera, att localisera rörelserna efter behof". Det sista var just, vad Ling försökte. En blick på Lings rörelseförråd i Grunderna och i handskrifterna säger oss, *att han även i sjukgymnastiskt avseende tog ett viktigt steg framåt, ett steg in på nya, modernare banor. Orienteringen* — olika sjukdomars olika rörelsebehov — *avslutades ingalunda med Ling, och vår tids kritik har naturligt nog åtskilligt att säga om hans åsikter.* Ibland visa de sig moderna nog, såsom då han ville göra gymnastiken till ett kliniskt undervisningsämne, märkligt nog. Det är, av flere skäl, obefogat att föra Lings — och Brantings — verksamhet till kvacksalveriet, såsom skett[1], man bleve orättvis om man, såsom ibland sker, *ställde Ling blott inför en nutida domstol* — som själv får röra sig med frågor om rörelsernas verkningar — *och icke såge hans verksamhet mot bakgrunden av vad som fanns före honom* att tillgå i sjukgymnastiskt avseende. *Det är kritiklöst att se på och bedöma Ling blott med vår tids ögon.* Bland kritiska uttalanden om Ling vill jag till

[1] Om skälen mot kvacksalveriteorien se ovan och kap. om metodiken. För teoriens förekomst finns det bevis.

sist omnämna ett bland de orimligaste. Han skulle *ha sammanblandat frisk- och sjukgymnastik. Det fanns ingen sjukgymnastik i egentlig mening att sammanblanda friskgymnastiken med, då Ling grep sig an med den förra.* Det är han, som grundar en skillnad, icke en sammanblandning, mellan sjukgymnastik och annan gymnastik.

Genom Lings och Brantings förenade bemödanden och genom Brantings efter Lings död fortsatta arbete för sjukgymnastiken framväxte en metodik, som i senare tider blivit bedömd med en märkvärdig ensidighet. De som med egna ögon haft tillfälle att följa Brantings behandlingar böra, även de, äga ett ord med i laget. Så C. U. Sondén, som förmånligt bedömer dem. Erkännsam är ock M. Eulenburg, praktiserande läkare och direktör för Institutet för svensk sjukgymnastik och för ortopedi i Berlin, i sina 1854 utgivna Mitteilungen aus dem Gebiete der schwedischen Heilgymnastik (s. 15). Han hade studerat på G. C. I. i Brantings dagar. Vid ungefär samma tid bedömdes lingska sjukgymnastiken "überaus anerkennend" av tyska läkare, bl. a. av ingen mindre än den frejdade Rud. Virchow. Både kritiserande och erkännande är Dr Hermann Nebel i sin 1889 offentliggjorda Bewegungskuren. Nebel har också tagit Ling i försvar mot Dr. Josef Schreibers Buch über Massage. Fler exempel på uppskattning av den ling-brantingska metoden kunde framdragas. Jag skall blott erinra om Dodo Ranckens uttalanden i Helsingin Yliopiston, en festpublikation 1934 med anledning av 100-årsminnet av Gymnastikinrättningen vid Helsingfors universitet. Han stöder sig på Florentin W. Bergholm och Ludwig Wilhelm Bergholm — far och son, — som båda studerat på G. C. I.

Att numera utreda vilka rörelser, som äro av Branting och vilka som äro av Ling torde vara omöjligt [1]. Visst är, att Bran-

---

[1] Om Brantings och Lings rörelseförråd talas i allmänna ordalag i en skrift utgiven av Tertius interveniens, varunder troligen döljer sig Knut Torén (fil. dr, gymnastiklärare), att döma av en anteckning av Hjalmar Ling. Att Branting har haft med skriften att göra, framgår av manuskripten till densamma. Särskilt det ena manuskriptet är försett med ändringar

ting utvecklat och till dess verkningar närmare bestämt det lingska sjukgymnastiska rörelseförrådet, liksom det friskgymnastiska. Enligt en anteckning skola "Brantings rörelser" år 1845 ha uppgått till 1163 och Lings år 1821 till 1300. Branting har säkerligen till stor del använt Lings rörelser.

---

och tillägg av Brantings hand. — Branting har också i eget namn uttalat sig om Ling. Därvid har han onekligen mindre låtit egna förtjänster komma fram. Antalet rörelser är angivet i en anteckning i L. M. Törngrens Efterl. papper och i Hygiea (Nordisk Medicin) 1939, bd 101, h. 34 i artikeln om Ling av E. Abramson. Ling — och även Branting — invaldes i Svenska Läkaresällskapet år 1831. "Förslaget angående dessa inval är framställdt af Sällskapets främste män". (Tidskr. i Gymn. 1909, s. 914 f.) — Mina ord om svårigheten att finna "en frände i anden" till Ling (Ling, en levnadsteckning och några synp., 1904, s. 3) gälla hans *allmänna icke* hans *gymnastiska* (inkl. sjukgymn.) karakteristik, vilket Dr Signe Prytz förbisett (P. H. Ling og hans gymnastikpædagogiske Indsats, 1941, s. 162). Ett misstag föreligger alltså.

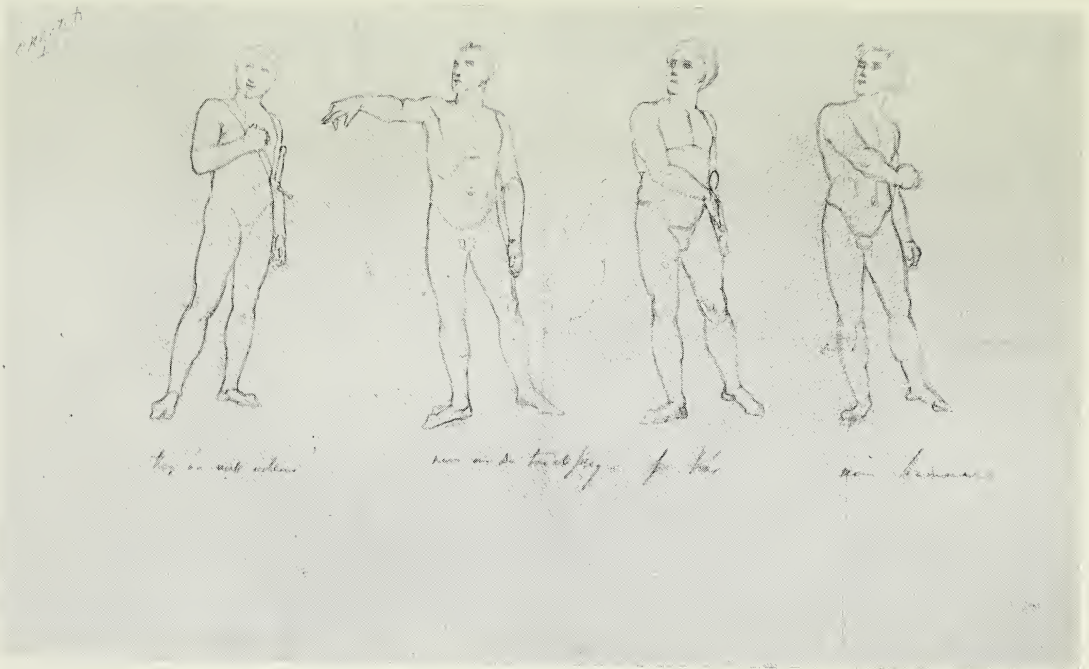
Kap. VI. ETT ORD OM LINGS ESTETISKA GYMNASTIK.

Den estetiska gymnastiken är knapphändigt avhandlad i 5:te avdelningen av Gymnastikens allmänna grunder, och handskrifterna ge oss icke något väsentligt nytt beträffande denna gren av gymnastiken, vilken Ling tycks ha haft åtskilligt mer att säga om, än vad fallet blev. ”Den estetiska gymnastiken kunde väl i sig sjelf utgöra en särskild del af detta verk” (Saml. Arb., III, s. 555). På ett handskriftsblad har han antecknat: ”Den estetiska gymnastiken, vilken skolat utgöra 6:te delen af mitt tilltänkta större Gymnastiska verk bör likväl något vidröras, förrän detta arbete slutas”.

I verkligheten är ämnet fängslande nog, särskilt om man, såsom Ling gör, uppfattar estetisk gymnastik som betydelsefull för icke blott talaren och skådespelaren i deras ställningar och rörelser, utan ock för den bildande konstnärens modell. Det är ett omfattande perspektiv, som öppnar sig, då man betänker, hur människogestalten återgivits av konsten under seklernas lopp. Ling såg fulländningen ligga i den grekiska plastiken. Han säges ha bestämt fäktutfallet efter den borghesiske fäktaren, och dennes kroppsläge kan ju ha spelat in. Det är tidstypiskt, när en handskrift talar om Laokoon-gruppen ”för uttryck af underlifwets muskelwäggar”. Emellertid var det icke en slavisk antikhärmning, som han stannade vid. Tvärtom. Den grekiska plastikens ideal — det kroppsligt sanna och sköna — ville han väcka på nytt genom konstnärernas studium av musklernas spel på gymnastiksalen och genom studiet av anatomi. Bland Lings lärjungar var det en,

som ensam i vår konsthistoria, för en tid, gjorde gymnastiken *och* konsten till konstnärsuppgift. Det var Karl Wahlbom, som på Lings institut fick en konstnärlig uppfostran, och tack vare denna visar en del av hans teckningar prov på en sällspord, plastisk uttrycksfullhet. Om hans studier i plastisk anatomi vittnar bl. a. en handskrift om människokroppens proportionsförhållanden.

Gymnastikens estetiska värde, inklusive dess betydelse för konsten, är en av de synpunkter, som gått förlorade för svensk gymnastik under tidernas lopp. Jag får kanske tillfälle att insätta ett kapitel om Ling och konsten — ett ämne, som jag förut berört — i en följande del av detta arbete. Här vill jag blott tillägga en hänvisning till vad som säges om Ling och konsten i mina Tidsh. unders. över Ling och om gymnastikens och konstens samhörighet, i min bok om Hjalmar Ling.



Blyertsteckning. Säkerligen av Karl Wahlbom; passar för scener ur ett klassiskt drama.

Kap. VII. LING OCH FÖRSVARET, FÄKTNINGEN INBEGRIPEN.

Med Lings inställning till vårt försvar förhåller det sig ungefär som med hans uppfattning av gymnastiken. Den förra har knappast fått den värdering som den historiska rättvisan kräver. Han har gjort en rent praktisk insats, i det han skapade en metod för användningen av handvapnen, och där kom hans originalitet tydligt till synes, liksom förhållandet är på de frisk- och sjukgymnastiska områdena, men han är värd uppmärksamhet även genom sin allmänna uppfattning av vår försvarsfråga, aktuell också i hans dagar. Han hade ett vidare perspektiv än det yrkesmässigt metodiska. Han blev också härvidlag ett uttryck för nya idéer, som rörde sig i tiden med berättigade krav.

Vi veta icke bestämt, när Ling började intressera sig för vår försvarsfråga. Säkert är, att det skedde under vistelsen i Lund. Det fanns anledning att uppmärksamma frågan, och Ling kunde icke ha glömt slaget på Köpenhamns redd, 1801, än mindre Sveriges krigiska förvecklingar under Gustaf IV Adolf, såsom finska kriget 1808—1809 med freden i Fredrikshamn och Finlands förlust såsom följd. I början av århundradet, enligt Hjalmar Ling år 1805, begynte Ling och "några förvetna unga män i Skåne att yrka derpå, att landförsvaret borde ordnas genom folkbeväpning". Det skulle ske genom att "småningom hos folkets ungdom införa gymnastik, ordningsrörelser, fältövningar, gevärsfäktning o. s. v.", övningar, som skulle "fortsätta under den tidigare ynglingaåldern", "så att åtskilligt vore färdigt och undangjort till den

vapenföra åldern". Tanken har delvis gått igen i den ungdomliga värntjänsten i våra dagar. Jämte folkbeväpningsidéen, utgångspunkten för allmän värnplikt, gjorde sig en annan uppfattning gällande, som ock berörde försvaret. Man ivrade för en individuell utbildning av soldaten, vilket var något nytt. Den ena som den andra tankegången skulle leva kvar i det svenska medvetandet för att med tiden förverkligas. Jag har förut, i Tidshistoriska undersökningar, berört Ling och försvaret, men vill här göra några tillägg med stöd av nya källor.

Folkbeväpning och allmän värnplikt hörde till de nordiska tidstankarna. I Skandinavisk Museum, 1802, h. 1, uttalade Dr Engelstoft i uppsatsen om den Priis, Oldtidens Scandinaver satte paa Legemsövelser, att "om det er en almindelig undersaatlig og borgerlig Pligt att forsvare sit Födeland, saa synes heller intet at maatte være mere hænsigtsmæssigt än om de med denne Pligt nærmest i Forbindelse staaende Övelser bleve som hos vore Fædre en Deel af alle Undersaatters og Borgeres Opdragelse —". Författaren anför vidare några exempel på idéns förverkligande, nämligen i Soèze i Frankrike, där eleverna i en stor uppfostringsanstalt årligen få visa sina framsteg i militära övningar, vidare i Köpenhamn "i Hr Nachtegalls gymnastiske Institut" och i Zürich. I sin skildring av Udviklingen af den nationale Hær i Danmark berättar K. Chr. Rockstroh, att under napoleonkrigens tid i 1800-talets början blevo danskarna i stad och på land under få år ett folk i vapen. 1801 utfärdades en förordning om "almindelig Opbydelse til Landets Forsvar i Fejdetid —." Det lantvärn, som kom till stånd, visade sig emellertid icke hålla måttet lika litet som det svenska några år senare.

Det var från Frankrike och den franska revolutionstiden, som folkbeväpningstanken utgick. Enligt L. E. Dalgren: Ernst Moritz Arndt och Sverige (1920), var det på initiativ av den från Frankrike nyligen hemkomne generallöjtnant G. V. af Tibell, som Gustaf IV Adolf, vilken från hösten 1805 med en svensk krigshär befann sig i Pommern, utfärdade en "förord-

ning i april 1806 om upprättandet därstädes av ett lantvärn, omfattande, med vissa undantag, män i åldern 19—26 år". Förordningen framkallade starka protester från de pommerska landständerna. — Det svenska lantvärnet från 1808 fick ett offentligt, kritiskt eftermäle i kgl. m:ts proposition till rikets ständer vid 1809—1810 års riksdag. "Dessa i wådans stund utskrefna Troupper sammanförde utan beräkning om nödige tillgångar funnos till deras Bewäring och underhåll". Genom 1812 års riksdag infördes den allmänna beväringen. "I ett tidehwarf, då swagare Stater ej mera hämta något stöd af de mägtigares inbördes motwägande styrka; då Länders sjelfständighet ej mera bewaras genom främmande förbund; äger ett manligt och stridbart Folk, som will bibehålla sina Lagar och sin frihet, ej något annat wal än att i wapnens, wiljans och enighetens förenade kraft söka en ny borgen för framtiden".

En önskan om försvarets utsträckning till att omfatta allmän värnplikt var Ling icke ensam om. Så ej heller om kravet på individuell utbildning. Den metodik, som han utarbetade för den militära uppfostran, var däremot hans egen, och endast så småningom vann den gehör hos andra. Han ville, att gymnastiken skulle tillföras försvaret, där den saknades och där han också ville införa den fäktmetod för värja och bajonett, som han uttänkt och som innebar nyheter. — Om Lings värjfäktning, vari ingick fäktning med florett, äga vi ett uttalande av en samtida, Hampus Wilhelm Mörner. Denne, som var född 1775, blev officer och lärjunge i fäktning till den berömde fäktmästaren Carl Porath i Uppsala. Mörner blev sedermera överadjutant och landshövding i Västernorrlands län. Han ledde, så landshövding han var, själv gymnastik och fäktning vid Härnösands läroverk, där han i början av 1820-talet lät uppsätta gymnastikredskap. Han dog 1855. Även på äldre dagar idkade han fäktning och brukade utkämpa duster med sin son, som genomgått Gymnastiska Centralinstitutet. Han bör med sin utbildning som fäktare ha ägt förutsättningar att bedöma sin tids fäktning.

I sina Minnen af en lång lefnad (1848, s. 5) skriver han: Den tiden [början av 1800-talet] ansågo många Poraths fäktskola för den bästa i Europa och hans son Carl Porath trädde i sin faders fotspår. Hans stötar voro skarpa och hastiga som blixten, och han parerade på en gång för två sina snällaste elever. Den genialiske Ling, till hvilken fäderneslandet har stora förbindelser, uppfann likväl en annan fäktmethod, hvilken enligt min öfvertygelse, har företräde framför alla andra, man må jemnföra den med den Franska, Italienska, Spanska eller fordna Svenska skolan. Den aktningsvärde fosterlandsvännen Ling blef äfven en gymnastikens fader och har lärt oss Bajonettfäktning, hvilken redan i Konung Fredrik II:s tid, då allt syntes bero i krig af manövern, af den utmärkte Guibers ansågs behöflig. Jag önskade likväl, att de Porathska s. k. Tempostötarna, kanske höjden i fäktkonsten, voro mera allmänt kände och begagnade; men de fordra en ovanlig färdighet". Som bekant, är bajonetten ett vapen, som ännu användes av de stridande. — Den "Guibers", som Mörner åberopar, var tydligen den Guibert, som under Fredrik II, kallad den store, skrev sina arbeten i taktik.

Lings fäktmetod väckte uppmärksamhet och diskussion på många håll, t. o. m. på kafferepen i den sydsvenska universitetsstaden. I senare tider har Lings värj- och sabelfäktning fått vika för andra fäktsätt. Hans värjfäktning blev emellertid av stor betydelse för generationer framåt, de militära såväl som de civila. Som hans skickligaste militäre elev omtalas C. A. Achilles von Vegesack (f. 1799, d. 1865, major, lärare i gymnastik och fäktning vid Krigsakademien å Karlberg); bland de civila "Schartau, Branting och Lundgren". Schartau var Lings efterträdare i Lund, Branting hans efterträdare i Stockholm och Lundgren (L. P:son) var artist, gravör vid kgl. Myntet. Han tjänstgjorde 1816—1818 som "substitut" vid det gymnastiska centralinstitutet. Han var även biträdande fäktlärare vid Karlberg. — Beträffande bajonettfäktningen fick Ling, trots motstånd från den militära byråkratin, till sist, några år före sin död i uppdrag att utarbeta

ett reglemente i bajonettfäktning. Det utkom 1836, s. å. som gymnastikreglementet och anbefalldes till efterlevnad. Sedan år 1830 skall gymnastik- och bajonettfäktning ha börjat tilllämpas inom den svenska armén. Det ena som det andra var ju en seger för Lings sak. Ett prov på bajonettfäktningens tillämpning förtjänar framdragas. Samma vår som Ling dog, i maj 1839, ledde en löjtnant Claes Meurling i Linköping en kurs i militärgymnastik, bajonett- och värjfäktning. I en rapport över kursen meddelar regementschefen för 2:dra livgrenadjärregementet, att övningarna i nämnda grenar försiggått efter ett bestämt schema, omfattande bl. a. bajonettfäktning och läsning i bajonettfäktningsreglementet. Det sista uttrycket — läsning i reglementet — visar, att det var fråga om Lings 1836 utgivna arbete.

En slutövning ägde rum den 28 mars inför chefen för regementet "och i närvaro af flere främmande Officerare samt andra personer". Eleverna visade "utmärkt skicklighet och färdighet uti alla öfningarna för den korta tid, som varit använd". Elevantalet var icke stort, summa 14 deltagare: 10 officerare, 2 "andre-officerare", 2 volontärer. Denna glömda episod kan vara att minnas, då reglementets historia för övrigt mest utmärkes av den kritik och de ändringar, som det framkallade. Man får ett bestämt intryck av att den militära byråkratien haft sin hand med i motspelet. Därpå tyder ett uttalande av excellensen Magnus Brahe, vilket fälldes vid tiden för reglementets antagande och vari det talas om "motstånd" och "nytt projekt". Till reglementets inre historia hör också en skildring, som Ling lämnat. Jag låter honom få ordet genom en handskrift: "På Ers Ex:s [Magnus Brahe] befallning författade jag år 1834 [=1833] ett reglemente öfr. Bajonettfäktningen. E. Ex. hoppades då, att senast i början af Dec. H. Kongl. H. [kronprins Oscar] skulle vid Gymn. Centr. Inst. taga mitt system i ögnasikte. Natt och dag arbetade jag på nämda reglemente, och det kostade mig ansenligt både i utgifter till de personer, som skulle fritt lefva hos mig, för att antingen stå som modeller ell. också skrifva för mig. Månad efter månad

väntade jag på H. K. H. nådiga besök. — Efter ett halft års väntan, i Maj 1834, hade jag den nåden visa H. K. H. mina bajonettrörelser och de vunno Hans höga bifall". Manuskriptet förkom emellertid genom annan person.

"År 1835 befallde H:s Kongl Mt, att en komitté skulle afgöra om mitt ell. något annat mera utländskt bajonetteringssätt skulle antagas. Komitténs ordförande var sjuk, 2ne af dess medlem[m]ar talade enskildt med mig derom. Man ville hafva ett reglemente skrifvet; men när jag yttrade, att jag icke utan ersättning kunde utföra det såsom sig borde, fick jag det svar, att sådant vore utom komitténs verkningskrets. Oförmodadt sammandrogs Instruktionsbataljonen på Drottningholm. Dess chef affordrade ett bajonettregl. af mig. Jag svarade, att jag mot arvode ville författa det. Han lofvade *tala* för denna sak; strax derpå bildade han sjelf en komitté af unga officerare, som väl fäktat hos mig, men hvaraf blott den ene genomgått bajonettfäktningens 1sta afdelning. Ers Excell. var borta, H. K. H. ansåg det nödvändigt, att jag skref ett reglemente. Jag gjorde det, oaktat min tid förlorades för *en större förtjenst i författareväg.* Emellertid yttrade Befälhafvaren på Drottningholm ännu 2ne särskilda gånger, att han icke ville hafva mitt bajonettreglemente, att han sjelf skulle skrifva ett. — Man hopflickade också, så godt man kunde, en hop rörelser, som jag uttänkt. Villrådig afbröt jag arbetet för flere veckor. Omsider blef jag åter tillsagd att skrifva. — Jag lydde, oagtadt en stark hufvud- och ögonverk". Slutligen utkom och anbefalldes Lings reglemente 1836, och den ekonomiska sidan ordnades.

Innan reglementet blev antaget, hade det haft en lång prövotid att genomgå. Vid olika tillfällen hade Ling fått demonstrera sin metod, tack vare benägenhet å högsta ort. Så jämte gymnastik- och jägarerörelser, vid lägren på Bonarpshed 1810 och 1819 enligt uppgift av Hjalmar Ling. År 1832 var bajonettfäktningen också framme, såsom man finner av överste G. J. af Dalströms Berättelse om Vapenöfningarne, under H. K. H. Kronprinsens höga befäl, vid lägret å Ladugårdsgär-

det, Sommaren 1832 (tr. 1833). Man hade låtit "en del af Manskapet undervisas i Militair-gymnastik och Bayonettfäktning af Capitainen Friherre Achilles von Vegesack —. Under Lägret behagade H. K. H. KronPrinsen låta vid pass 100 Man Grenadierer, uttagna från alla Compagnierna för sig utföra dessa proföfningar och deröfver förklara dem sitt nådiga välbehag". Här framgår det icke tydligt, om Lings metod var den enda som användes; kanske instruktörens namn tyder därpå. Han var lärjunge till Ling, men hade studerat också utländska metoder för bajonettfäktning.

Tre år senare, 1835, bestod Lings metod sitt eldprov vid Instruktions Bataljonen på Drottningholm. Bland andra övningar förekom undervisning i gymnastik och bajonettfäktning, i bägge fallen inskränkta "till det nödvändigaste". Ledare var på högsta befallning C. A. Georgii, Lings lärjunge.

Icke blott reglementet, utan även Lings författarskap till detta, har varit utsatt för risker. I Linnströms boklexicon, 2, 1884, upptas bajonettreglementet icke under Lings namn utan bland reglementen i allmänhet och där med en tillsats inom parentes: utg. af G. J. af Dalström. Under namnet, Dalström G. J. af, förekommer likaledes Reglemente för bajonettfäktning (1836). Varför Dalström kallas utgivare, vet jag icke. Uppgiften kan vilseleda med avseende på författarskap. Visst är, att Ling varit författaren. Reglementet börjar med: Efterföljande vid härvarande Gymnastiska Central Institut utarbetade Reglemente för bajonettfäktning —. Denna ingress är undertecknad M. Brahe, general-Adjutant för Arméen. Även i upplagan 1838 anges reglementet vara "vid härvarande Gymnastiska Central Institut" utarbetat. Bland Lings efterlämnade handlingar äga vi förarbeten till reglementet. Dessutom finns det en P. M. angående den ekonomiska sidan av reglementets publicering och den börjar "Till säkerhet för Herr Professor Ling, i anledning af Dess åtagande att besörja tryckning utaf de af honom författade Bajonett- och Gymnastik Reglementen, meddelas —". I P. M., 6:te punkten, säges, "att de af Kongl. Majt genom nådigt Bref af d. 5 December 1835,

anslagne tryckningsmedel 300 Riksdaler Banco ofördröjligen requireras och till Författaren utbetalas". Vidare äga vi ett brev till Ling från C. A. Georgii, vari han, som av kronprinsen befallts att leda övningarna vid Drottningholm, omtalar sitt besök hos excellensen Brahe i samband med nämnda uppdrag. Excellensen "gratulerade och jublade öfver att Herr Lings systême var antagit". Han sade ock "att vid minsta motstånd eller olika nytt projekt en sådan order [generalorder] skulle emannera [= emanera]". De anförda orden ge oss en osökt antydan om motsträviga militära viljor, som motsatte sig Lings strävande på fäktningens område, liksom händelsen var på det gymnastiska. Magnus Brahe, liksom Karl Johan och kronprins Oskar, visade ett bestämt intresse för Lings bemödanden. Den förstnämnde framhöll i ett tal i Krigs-Vetenskaps-Akademien betydelsen av militärgymnastik [gymnastik för soldater] och av målskjutning och bajonettfäktning. — Befälhavaren på Drottningholm 1835, var, förmodar jag, överste G. J. af Dalström (1785—1867), då det var han, som lämnade rapport över instruktionsbataljonen.

Ling ingrep, som antytts, även för *gymnastikens* användning inom armén. Han erhöll 1810 kronprins Carl Augusts tillåtelse att visa sin gymnastik vid lägret på Bonarps hed i Skåne. Någon skildring av fäktmästarens förehavanden där, vare sig inom gymnastik eller fäktning äga vi icke. Hjalmar Ling sökte att få en beskrivning från lägret, men konstaterar i en anteckning, att "några närmare underrättelser kunna ej mera anskaffas". Lings instruktion vid lägret "föranledde först gymnastikens införande, såsom läroämne vid Carlbergs Krigsakademi genom att ditkalla d. v. fäktmästaren P. H. Ling från Lund—".

Troligt är, att övningarna vid de olika tiderna, 1810 och 1819, varit ungefär desamma. Från besöket 1819, som Ling företog från Stockholm i sällskap med sin elev, L. G. Branting, äga vi rätt fullständiga upplysningar genom en konceptartad och ortografiskt ingalunda felfri skrivelse från Branting till hans moder. Den förtjänar att framdragas ur glömskan. En-

dast gymnastiken beröres, icke någon bajonettfäktning. Färden efter häst gick genom Småland, där f. ö., liksom i Skåne, kölden varit stark och säden på många ställen var bortfrusen. Lördagen d. 5 juni kl. 8 f. m. var man vid målet. "Lingen inträdde genas[t] vid ankomsten till H: K: H:, der han äfven nä[m]nde, att jag var med —. Monga frågor och svar gåfvos, så väl från H: K: H: som från Lingen—". Ling var tvenne gånger, ankomstdagen, i samtal med kronprinsen. Måndagen d. 7, kl. 5 på morgonen, begåvo sig Ling och Branting till "den anviste platsen" på Ljungbyhed för att vidtaga anstalter för uppsättande av gymnastikredskap. Man var morgontidig, och kl. 5 begynte arbetet mer än en gång. "Onsdagen d. 9 om morg[onen] talade Lingen om Gymnastikens nytta och utförningen (sic! = utförandet)". Gymnastikappareljen anbragtes icke inomhus utan i det fria. Redskapen känna vi igen från det föregående. De bestodo av 2ne springstolpar och mellan dem en stege, 1 spännstolpe, 2ne ståndare för språng, 2ne olika formade hävplankor, 2ne stänger, "en lång lina från hvars ena ända en lodrät hänger", 2ne "balancerstolpar, 2ne säten för H: K: H:, allt under en och samma bok". Här liksom hos Guts Muths använde man trädets skugga och redskap fästes upptill i grenarna, såsom ock var fallet hos Guts Muths. "Denna dagen (söndagen d. 13) voro vi därstedes besökte af ofantlikt många åskådare både Generaler och bondfolk".

Karakteristiskt för det motstånd, som mötte fäktmästaren även här, oaktat kronprinsens bevågenhet, är brevets upplysning, att "motsägelser" gjordes "af Generals Personer, Chefer, eller af mindre upsatte, med ett ord, de fleste arbetade tvärt emot H: K: H:s ägna order, som för saken voro de mest gynnande —".

Källorna för uppfattningen om Lings fäktmetod äro fler, än man hittills antagit. Vi äga tryckta källor: bajonettfäktningsreglementet 1836, Soldat-Undervisning i Gymnastik och Bajonettfäktning 1838; vidare några aktstycken, som beröra militärgymnastiken i Saml. Arb. III; vidare "den Lingska fäktmetoden" i Tidskrift i gymnastik (band II, s. 496 ff.),

där Fredr. Wahlfeldts "Regler för Värjfäktning" publiceras. "Dessa överensstämma i väsentliga stycken med Lings egen afhandling Om värjan" och härröra från åren 1846—47. Wahlfeldt var "i sin krafts dagar Sveriges skickligaste fäktare". Han avlade examen vid G. C. I. samma år, som Ling dog. — Det finns även en ansenlig bunt handskrifter om fäktning från Lings tid. I Tidshistoriska undersökningar har jag omnämnt några handskrifter, berörande Lings fäktning. De här nedan omtalade utgöra, med ett par undantag, nya fynd. De behandla ämnen likartade med de tryckta källornas, men i framställningen avvika de i allmänhet från trycket, varvid de, i förhållande till detta, meddela ett och annat nytt. De äro från olika tider av Lings verksamhet och visa således ingalunda alltid hans definitiva uppfattning. Tidpunkten för de olika handskrifternas tillkomst är svår att fastställa; för de tryckta källorna äga vi årsuppgifter. I regel äro handskrifterna konceptartade och nedskrivna av annan hand än Lings. Detta hindrar icke, att de utgått från honom — det visa likheterna med trycket i Saml. Arb. En del äro ovedersägligen av verklig betydelse för uppfattningen om Lings fäktmetod. Så är fallet med de från Lings lärjunge L. G. Branting kommande handskrifterna om värjan. Branting var "sin tids finaste fäktare" (Tidskrift i Gymnastik, band VII, s. 413).

Handskrifterna angå icke alla de vapen, som Ling tänkte sig använda, men de flesta. Vapnen i fråga voro många. I förslaget 1820 uppräknar Ling värja — i värjfäktning inräknades fäktning med florett —, sabel, huggvärja, gevär och bajonett (tvåhandspik), lans, änterbila (pik). I Gymnastikens allmänna grunder omnämner han såsom "hufvudsakligaste handvapnen": värja, sabel (hugg- och stickvärja), gevär med bajonett eller gevär och bajonett särskilt. I en Anmärkning (Saml. Arb., III, s. 501) nämner han även "lans (Pik), Hillebard och Snärjspjut"; han finner dem emellertid umbärliga f. n., "tills vår nation fått en mera sjelfständig fysisk utbildning". Några nya vapen var det icke fråga om. Lansen hade gamla anor liksom hillebarden och piken, Karl XII:s bussar

voro rustade med pikar. Bajonetten, som följde geväret åt, hade länge funnits i vår armé, men den tycks ha använts blott vid "gå på marsch". Om dess användning i striden säges intet. Sabeln tycks ha haft en viss aktualitet vid tiden för Lings framträdande. 1805 utkom en liten skrift Om Fäktning till häst, Utdrag af Krigsmanna-Sällskapets Handlingar, där föreskrifter lämnas för sabelns bruk. Dess text är helt olika Lings över samma ämne. — I Köpenhamn hade Ling under trenne år övat sig i fäktning hos en fransk fäktlärare. I Guts Muths Gymnastik für die Jugend, 1793, upptas i största korthet "militärische Uebungen"; i upplagan 1804 finner man på ett flertal sidor "Kriegsübungen, zu gymnastischem Gebrauch" (s. 392 — s. 417). I sin Lærebog i Gymnastik, 1834, ägnar Nachtegall, vars institut Ling besökte, ett antal sidor åt "Exerceren" och åt "Huggen". Enligt L. A. Zander bearbetade Nachtegall såväl bajonettfäktning (1805) som sabelfäktning.[1] E. C. Werlauff, Lings vän i Köpenhamn, berättar, att Ling deltog med mycken iver i vapenövningar inför det stundande slaget på redden, 1801. Redan före sin ankomst till Köpenhamn kan Ling ha övat sig i fäktning, en på den tiden vanlig idrottsform.

Det kan tyckas som om en genomsyn av handskrifter rörande ett så speciellt ämne som fäktkonstens metodik ej skulle kunna lämna någon allmännare behållning. I det lingska fallet får man emellertid en föreställning om den stora grundlighet, varmed fäktningen bedrevs under Lings ledning och om den noggrannhet, varmed han behandlat sitt ämne. Hade Ling avslutat och till ett helt sammanställt sina manuskript om fäktning, skulle han ha fått en större plats i fäktkonstens historia än han nu äger.

Största delen handskrifter tillkommer sabeln och bajonetten. Fäktning med huggvärja är icke beskriven. Liksom texten om lansen, är texten till "Pikens och Änterbilans rörelser mest förskingrad". Bajonettfäktningen är tillgodosedd genom

[1] J. A. Hazelius uppger i Föreläsningar öfver krigskonsten (Första Delen, 1839, s. 121): Redan 1804 funnos enkla bajonett-öfningar i Danmark ——.

1836 års reglemente och genom ett antal sidor i trycket i Saml. Arb. (s. 722—742). Av hithörande handskrifter är en, som Hjalmar Ling omtalar såsom "den äldsta handskriften" och som heter "Inledning om Bajonettfäktning", bevarad till våra dagar. Den föreligger, det bör tilläggas, i 2 exemplar ("Inledning till Bajonettfäktning"); ingendera handskriften är nedskriven av Ling. Det ena exemplaret innehåller även några anteckningar av honom, och Hjalmar Ling har gjort några blyertsändringar i samma handskrift. "Om Bajonetfäcktning" handlar ännu en handskrift som icke heller är skriven av Ling, så när som på några anteckningar eller anmärkningar däri. Med ett undantag, ett "Reglemente för Sabelfäktning till häst", är det blott sporadiskt som man finner Lings stil i handskrifterna om fäktning. Det utesluter icke, som nämnts, att de utgått från honom, ty liksom i sin diktning använde han, i detta fall, nedskrivare eller avskrivare. Nyssnämnda handskrift Om bajonettfäktning går igen i trycket i Saml. Arb., III, s. 757 ff. med rubriken "Tal om Bajonett-Fäktning". Enligt Hjalmar Ling "har denna afhandling blifvit föredragen vid en inspektion af d. v. Krigsakademiens kroppsöfningar någon tid efter författarens afsked från lärarebefattningen derstädes". Ling tog avsked från denna befattning år 1826.

I nämnda tal liksom i handskriften förekommer en ganska märklig upplysning, den, att "alla rörelser i min teori äro på det närmaste öfwerens stämmande med det *mäst naturliga* handgrepp i exercisreglementet". Sålunda är gardställningen = till anfall gevär, m. m. Anmärkningsvärt är bl. a., att författaren, i förbigående, talar om "de utländska Bajonettreglementena", så väl i handskriften som i trycket.

I det tryckta förslaget, 1820, ägnas uppmärksamhet åt sabeln. Den är rikligt företrädd bland handskrifterna. En handskrift om "Recrut-Instruction i Sabelhuggning till Häst" motsvarar i det närmaste trycket i Saml. Arb., III, s. 712—720: Andra Underafdelningen. Momenten 105—107 i trycket saknas i handskriften. Den är icke av Ling själv, men redigt skriven. Av Ling nedskrivet är däremot ett "Reglemente för Sa-

belfäktning till Häst", några sidor i slutet undantagna. Reglementet äger genom sitt ämne en anslutning till nyssnämnda rekrytinstruktion, men är uppställt som reglemente och avviker även eljest från instruktionen. I Anmärkningarna till Gymnastikens allmänna grunder omtalar Ling ett "Sabelhuggningsreglemente, som jag nedskrivit". Skulle detta reglemente möjligen vara, i sin konceptform, det sabelhuggningsreglemente, som här i trycket beröres? Enligt Hjalmar Ling skulle "detta reglemente" (sabelhuggningsreglementet) saknas bland handskrifterna.

Delvis utfört av Ling själv är ett rätt utförligt, men oavslutat koncept "Tredje Kapitlet. Rekrytutbildning. 1a Artikeln (Enskilda sabelöfningar till fots)". Det torde ansluta sig till avdelningen om sabeln i Saml. Arb., III (s. 704 ff.), men avviker också från denna avdelning. — L. G. Branting har bidragit med många handskrifter om fäktning. Som Lings lärjunge bör han ha varit väl underrättad om lärofaderns metod. Han har skrivit om "Fäktrörelser för Värja", — några sidor av handskriften röja icke Brantings utan någon annans handstil — okänt vilkens. Denna handskrift bidrar, liksom andra av Branting, till uppfattningen om Lings värjfäktning, åtminstone i viss mån. Framställningen är redigt disponerad. Man igenkänner P. H. Lingska satser, som t. ex.: kroppstyngden överflyttad på bakre benet (Saml. Arb., III, s. 686) och fäktställningar som exempelvis "liggande Coupée" (a. a., s. 695). En annan handskrift av Branting, som är helt kort, berör "Sammansatta Värjangrep". Branting har vidare lämnat åt oss "Theoretiska Anteckningar, uppskrifne under föreläsningar vid Gymnastiska Central [institutet] öfver Värjförning", omfattande ett ark. Dessa anteckningar föreligga delvis även i renskrift. Åtskilligt av fäktläran är återgivet i en handskrift av C. A. Georgii, som i stort sett överensstämmer med trycket i Saml. Arb. Anmärkningsvärda äro Brantings utkast till en historik över fäktningen. Han fick i detta avseende en efterföljare i N. Strömborg, vars fäktlära är ett sannskyldigt lärdomsverk. Skada blott att det icke även omfattar Lings fäkt-

ning; dit har hans historik icke hunnit, åtminstone icke i tryck. — Betecknande för den energi, med vilken undervisningen bedrevs under Lings egid, äro de handskriftssidor, som omfatta frågor till eleverna och svar av dem angående fäktningens metodik och teori. Att räkna upp alla handskriftsfragmenten är knappast till nytta. Det fragmentariska kommer ofta till synes; på en liten lapp, t. ex., finner man några anteckningar av Ling, vars översta rad lyder: "Kastparad och stöt".

De två handskrifterna om "jägarna" och deras utbildning röja den vikt, som Ling lade vid detta vapenslag, ur gymnastikens och fäktningens synpunkt. Jägarna borde enligt reglementet 1811 vara utrustade med särskilda kroppsliga färdigheter: "Kunna hoppa öfver Grafvar ända till Sju alnars bredd och derutöfver, springa Tre fjerdedels Svensk mil på en timma, samt med hastighet klättra sig uppföre Berg och Trän, Voltigera upp på en häst bakom en Cavallerist, som rider i Carier, — Simma, med mera". Båda handskrifterna äro konceptartade. Den ena är utförd med Gustaf von Heidenstams handstil, delvis med Lings, och omfattar rörelsebeskrivningar. Rörelserna uppräknas i Saml. Arb., III, s. 626, f., men rörelsebeskrivningarna äro tillagda i handskriften. Den andra handskriften ["Underdånigst Yttrande ("yttrande" ändrat från "förslag")], rörande Jägarnes undervisning i Gymnastik m. m. avhandlar följande ämnen: Inrättningar (Springgropen, Springvallar, Springbockar, Skjutbana, Skottskifvan) Tidens och Manskapets indelning, Kommando, Öfnings tid, Underhåll, Lärare; ett stycke om Jägarns vapen och klädsel är outfört. Jämförda med fältjägarreglementet 1811 äro båda de Lingska handskrifterna till innehållet radikalt nya. Någon enstaka obetydlig likhet är märkbar. Ling går på den individuella utbildningens linje; denna passade ock jägarna.

Övningar, som anbefallas i Lings "yttrande", äro: språng, äntringar, ryggböjningar och balanseringar, vidare kapplöpning och alla de smidighetsövningar, "som hufvudsakl: befordra rörligheten och styrkan i underdelen av kroppen", huggning med sabel och parad med geväret; simning," först utan

kläder, sedan med kläder och slutl: med tyngder på ryggen"; skjutning "i alla olika ställningar". — Å ett handskriftsblad, där Ling egenhändigt uppräknar de ställen, där han åt armén lämnat "gratis undervisning", heter det om Jägarereglementet: "skrifvit och inöfvadt vid Institutet, på Carlberg, Bonarpshed, Ladugårdsgärde". Att Jägarereglementet från 1811 skulle vara "skrivit och inöfvadt" på G. C. I. förefaller egendomligt och man frestas antaga, att Ling åsyftar sitt eget "förslag" ("yttrande") om jägarnes utbildning.

Med ledning av en handskrift refererar jag den utrustning, som krävdes för soldatens huggövningar. Den skulle bestå av: "a) 5 st. 8-kant: stolpar; 10 tum i diam. och 3 al. höga, ställda i de 5 direkt:s rigtning, b) Pansar af stoppad buldan ell. läder, c) Handskar af d:o d) Mask af virad ståltråd, e) Panier, f) Bulvan, g) slant käppar, h) en bank- jordvall ell. annan upphöjning —. — öfvas kontrafäktning med panier. Rekryten är då försedd med mask, harnesk och handskar —".

Lings skicklighet och stundom väl stora djärvhet som värjfäktare och hans förmåga som instruktör har blivit vitsordad av en tradition, som går tillbaka till hans personliga lärjungar såsom C. A. Georgii, G. A. Adlersparre, och det finns ingen anledning att tvivla på vitsordens sanning. — Utom vid G. C. I. verkade Ling för gymnastik och fäktning vid Karlberg och Marieberg; å förra stället tjänstgjorde han 1813—1826, å det senare 1818—1839. Från tjänstgöringen vid Karlberg ha vi ett och annat minnesmärke kvar, såsom Lings handskrivna "Redovisning öfver Utgifterna för de Gymnastiska Inrättningar, som blifvit gjorde vid Kgl. Krigs-Akademien på Carlberg år 1813 och 1814" hittills obeaktad. De redskap, som här nämnas, äro 1 Slingerstege, 2ne Springbockar, Woltigehäst, ny, 1 Sadel, 2ne Fallgördlar samt 2ne Änterselar. — Utgifterna angå dels "Inrättningen i Ridhuset och Inrättningen i Trädgården". — Redovisningen är ytterst noggrant uppgjord; om Lings noggrannhet med offentliga medel vittna ock räkenskaper från G. C. I.

Det var utan tvivel Ling, som satte fart på gymnastiken på

Karlberg. E. G. Oxenstierna, kadett vid Karlberg 1816, utexaminerad 1820, skriver i en bok 1843, som han kallat Karlberg eller Cadetten för nära 30 år sedan: "Professor Ling har flyttat till Carlberg —. Gymnastiken har fått ny fart". Lings vän och medarbetare i Lund och företrädare på Karlberg, har inlagt förtjänst om gymnastiken där, även han. En uppgift, som lämnas oss i Sigvard Ekstrands Karlberg 1792—1836 (1937) lyder: "Fäktmästaren vid akademien von Heidenstam föreslog 1812 anordnandet af gymnastiska 'inrättningar' med stänger och master, en stång för voltigering, språngställ, bom och båglina. Heidenstam anskaffade till ett värde av 10 rdr dessa redskap". — Priset var icke högt. Lings redskapsförteckning tyder på att han fullständigat redskapen. Heidenstam lämnade Karlberg 1813 för att tillträda fäktmästarebefattningen i Uppsala.

Karlberg erbjöd en förnämlig och gynnsam miljö. Dess chef under åren 1821—1839 var J. P. af Lefrén, framstående både på det militära och det pedagogiska området. De nya strömningarna inom uppfostran funno i honom en främjare. Gymnastiken fick vid Karlberg sin plats även under lektionstimmarna, då ett kort uppehåll gjordes för gymnastisk rekreation. Ling skattades högt av Lefrén, som fällde de orden om fäktmästaren: "En man som många har sett, men få känner".

Ur den ideella traditionens synpunkt erbjöd Karlberg anknytningar. Åren 1809—1812 hade Lings vän J. O. Wallin varit lektor vid krigsakademien. Söker man efter original finner man sådana bland lärarpersonalen, såsom professorn C. G. Wallman, namnkunnig utom för sitt starka minne, även för sin storlek och sin styrka — en Torsgestalt, som kan ha inspirerat Ling, när han besjöng sina kraftfulla hjältar i Asarne.

En egendomlighet hos den lingska tidens fäktning må anföras. Den bestyrkes av en handskrift. Man finner, att fäktning och estetisk gymnastik sammanställas. Den estetiska gymnastiken "närmar sig sabelförningen, bajonett-, värj- och lansförningen —," säger Branting i sina skrivna föreläsningar från 1836. Man betonade formskönheten och dess betydelse. För-

lorade icke därigenom Lings fäktning den verklighetsbetoning, som tillhör denna konst? Så var ingalunda Lings mening. Hur spekulativ han än kan vara i sina skrifter — ifråga om fäktning och pedagogisk gymnastik äro handskrifter och tryckta texter fria från naturfilosofiska spekulationer. Jag har redan i Tidsh. unders., I, s. 152, understrukit den verklighetsprägel Ling gav åt sin vapengymnastik. Fäktning med gevär övades på en plats stundom avsiktligt fylld med stockar, stenar och varjehanda lös bråte för att utröna i vad mån de fäktande ägde välde över sin kropp. Exemplen kunde mångfaldigas. Det var en praktisk utbildning, fri från slentrian, som Ling önskade. En handskrift låter oss veta, på tal om kontrahuggning till häst: "— ryttaren får icke utföra dem efter några förut uppgifna, så kallade turer; ty derigenom kommer endast minnet, icke rådigheten, honom till hjelp; och hindrar honom att någonsin bli en sjelftänkande krigare, hvilket han likväl måste vara, när strid i spridd ordning begynner". De estetiska hänsynen voro icke de enda.

Ett studium av tillgängliga källor, även de gömda och glömda, ge oss som resultat en klarare bild av Ling som fäktare än den som vanligen möter oss. Han skapade ett nytt fäktsätt, som blev av betydelse för lång tid framåt. Han utgick från den franska fäktareskola, som han besökte i Köpenhamn, men han stannade icke därinom. Samtida uttalanden bör ju tillerkännas vittnesgillhet. Wilhelm Hampus Mörners vitsord är redan anfört.

Ännu en uppgift om Lings bajonettfäktning förtjänar att framdragas ur glömskan. I Föreläsningar öfver krigskonsten, I, 1839 (s. 121), yttrar J. A. Hazelius, att "i Sverige äro Professor Ling och Ryttmästaren Åkerstein de förste som Förf. veterligen yrkat öfningar i bajonettens bruk". Hazelius säger ock, att *bajonettstrid* varit sällsynt: "naturligt, då man vetat med sig att icke kunna till strid begagna sitt vapen". Den nämnde Åkerstein var Nils Harald Joachim Åkerstein, f. 1793, d. 1850 som överstelöjtnant i armén. Han berättar själv, att han år 1816 inövade "efter vissa grunder några man af Jönkö-

pings regemente" i bajonettfäktning. Han förtäljer ock, att detta var den första början *till bajonettfäktning inom svenska armén,* och det var därjämte något, som icke infördes från en främmande [1]. Från slutet av 1820-talet, då han utomlands studerat bajonettfäktningens "vidare framgång i Österrike och Sachsen", omtalar han, att "plan för bajonettfäktningens utgång *från* krigsakademien på Karlberg *till* svenska armén framställdes till H. K. H.". Åkerstein var en högt förtjänt man, fosterländsk och självständig i sinnet — däri erinrande om Ling. Något samarbete mellan de två männen har jag icke kunnat konstatera. När Åkerstein tror sig ha gjort det första försöket till bajonettfäktningens utförande i vår armé, misstog han sig emellertid. I en självbiografisk handskrift från 1836 erinrar Ling om att han redan under sin tid i Lund sökte intressera arméns målsmän för bajonettens bruk. Han meddelade sin bajonettfäktning "under enskildta lektioner", "åt 19 Officerare nära Christianstad". Han höll sedan föredrag om bajonetten "för 17 år sedan vid huvudstaden". Enligt en tidsuppgift i handskriften ifråga skulle Ling haft att framvisa en bajonettfäktningsmetod redan 1804. Enligt L. A. Zanders (Populära Föreläsningar i Gymnastik = Tidskrift för svensk gymnastik, Första Bandet, Andra Häftet, 1867, s. 30) uppträdde Ling 1805 med sitt "bajonettfäktningssystem" som var "vida fullkomligare" än Nachtegalls samtida. Gustaf von Heidenstam låter oss veta, att "en annan uppfinning, äfven alstrad af hans skapande snille, är bajonettfäktningen, den hade han uppfunnit 1807, då jag deltog i öfningarne dermed". [2] Tidsuppgifterna äro således olika, men alla sätta Lings bemödanden för bajonettens sak i tiden före Åkerstein.

De biografiska anteckningar, som gjorts av Lings svärson, med. dr P. J. Liedbeck och som finnas i behåll, göra ett bestämt intryck av att vila på uttalanden från med Ling sam-

[1] Åkerstein om sin bajonettfäktning i inledningen till En krigares ungdomsminnen, Blad ur Nils Harald Joachim Åkersteins dagbok 1812—1814. Samlade och kompletterade av Harald Åkerstein, 1833, s. 15, 19, 22, 23.

[2] Heidenstams uttalande i Svensk litt. tidskr. 1939, s. 89.

tida och upplysa oss om verkliga förhållanden. Om Lings fäktning skriver Liedbeck: ”I början följde han Franska Methoden, men utbildade sedan sjelf egen och mera bestämd metod på egen hand, bortlade först och främst alla grannlåter”.

Lings fäktmetod har i längden icke kunnat göra sig gällande gent emot så mäktiga rivaler som utländska fäktareskolor varit, men att metoden var hans egen och därmed särpräglad i förhållande till andra framgår redan därav, att den bygger på hans gymnastik. En riktig fäktning, menade han, beror på en riktig gymnastik, och den lingska gymnastiken är ju någonting för sig.

Genom gymnastiken har Ling framför allt vunnit berömmelse, men därför får man icke glömma den betydelse både bland militärer och civila som hans initiativkraft och hans självständighet haft för fäktningen. Framför allt få vi icke förgäta det allmänna fosterländska syfte, som uppbar hans strävan för gymnastik och fäktning. Han ville, såsom han uttryckte sig, att svensken skulle bli i stånd att försvara sin konung och sitt lands gränser.

Det nya i Lings värjfäktning är omordat. Det nya i hans bajonettfäktning antydes redan genom de jämförande prov, som den underkastades och som relaterats. Bajonetten är omtalad som vapen i 1811 års jägarereglemente. Dess nytta framhålles även i 1791 års Reglemente för lätt infanterie och Jägare II, art. X, § 4. Det är ”det säkraste sättet att segra”. Om vapnets *användning* i strid får man ingenting veta. Det blev Ling förbehållet att därom undervisa vår försvarsmakt. Ännu i Project till Exercis-Reglementet 1821 (Utdrag af Protocollet i — — Comité till utarbetande af ett förnyadt Infanterie Exercise Reglemente 1821) säges icke mer om bajonettens användning än att — på lämpligt afstånd från fienden kommenderas 1:o Anfall med Bajonett! 2:o Gå på! 3:o Marche!

O. Kragh framhåller (i Svensk Uppslagsbok), att Lings bajonettfäktningsreglemente i huvudsak har följts i svenska armén ända till början av 1900-talet. I senare reglementen intar övning med bajonett föga plats. I 1915 års Exercisreglemente

för infanteriet föreskrives i viss anslutning till Ling, att kroppstyngden bör vila huvudsakligen på det bakre benet; i 1927 års upplaga heter det: kroppstyngden huvudsakligen på det främre benet — likaså i Infanterireglementet, 1941 års upplaga.

Kap. VIII. NÅGOT OM GYMNASTIKENS SPRIDNING I P. H. LINGS DAGAR.

Egentligen har jag härmed efter förmåga genomfört min uppgift att söka klargöra den lingska gymnastikens historiska innebörd. Det torde emellertid icke vara ur vägen att också se efter, hur Ling gav verklighet åt sina tankar om gymnastik, hur innebörden realiserades. När omdömen fällts om Lings gymnastiska insats, har man ibland varit alltför förbehållsam. Må källorna tala ut!

Man har med rätta framhållit, att uppfostringskommittén av 1812 haft betydelse för främjandet av Lings gymnastik liksom den vid 1812 års riksdag antagna bestämmelsen om en allmän beväring. Det var icke svårt att inse det gagn, som en gymnastisk utbildning skulle ha för krigarens fostran. Med denna synpunkt förenades en annan, som icke får förglömmas och som ett statsrådsprotokoll i ecklesiastikärenden för den 29 april 1813 upptagit från kommitténs yttrande, avgivet i samband med dess anhållan om "Kongl. Maj:ts nådiga bifall till Lings anbud, att i hufvudstaden inrätta en gymnastik". Det vitsordas i båda utlåtandena, att en gymnastik, inrättad efter Lings metod, är den enda, som är tjänlig att bliva allmän. Den innehåller, vad var och en skall finna nyttigt och behövligt under sitt levnadslopp, även utan att någonsin gå i fält.

Att så väl 1812 års uppfostringskommitté, som 1825 års Stora uppfostringskommitté, i vilka, särskilt i den senare, åtskilliga av Lings vänner ägde stämma och säte, ha inlagt förtjänst om den lingska gymnastikens spridning är ett faktum, som bevisas av de aktstycken, som nämnda kommittéer efter-

lämnat. Likaså är det ett icke tillräckligt observerat faktum, att Lings sak ägde en mäktig gynnare i kronprinsen Karl Johan, vars intresse för uppfostran har dokumenterats på mer än ett sätt. Så genom det ekonomiska understöd han skänkte Silverstolpes ”Försök till en framställning af allmänna undervisningens närvarande beskaffenhet” och genom det inflytande han utövade vid centralinstitutets grundläggning, ett institut, som han emellanåt besökte.

Å annat ställe har jag motiverat min åsikt, att det var från Ling som impulsen kom till ärkebiskop Lindbloms gymnastiska intresse, vilket tog sig uttryck först i införandet av gymnastik vid Linköpings läroverk och sedan i samband med 1807 års skolordning [1]. Mer än en gång förnimmer man Lings viljeimpuls, hans privata initiativ, när man samlar uppgifter om gymnastikens spridning på hans tid — att icke tala om hur samma drivande kraft skulle verka efter hans död genom hans lärjungar och efterföljare. Innan Ling genom kgl brev av 5 maj 1813 erhöll nådigt uppdrag att inrätta ett gymnastiskt institut i huvudstaden, hade han satt i gång gymnastiken i Lund, Malmö och Göteborg. I Lund fortsattes hans verksamhet av efterträdaren, J. G. Schartau, och en annan lärjunge, Magnus Bruzelius, upprättade en egen läroanstalt med gymnastik bland undervisningsämnena. Lings verksamhet i Göteborg har beskrivits av G. Aurell och Sigurd Hansson. Uppfostringskommitténs (av 1812) handlingar innehålla uppgiften, att de gymnastiska övningarna vid gymnasiet voro ”inrättade och i fullkomligt stånd bragte af fäktmästare Ling år 1809”. För dessa övningar har Ling själv redogjort i en förteckning, ovan kommenterad. Biskop Wingård framhöll vid riksdagen 1828—1830, att han stod i förbindelse till

---

[1] Se Fysisk fostran och vetenskapen, 1941, ”Ärkebiskop Lindblom, P. H. Ling och gymnastikens införande i Sverige”. Denna artikel innehåller några synpunkter på gymnastikens framträdande och spridning i vårt land.

Ling "för den Gymnastik-Inrättning, som redan för 20 år sedan i Götheborgs Gymnasii Contubernium af honom anordnades".

När Ling från Lund rest upp till Stockholm i och för sitt planerade institut, fortsatte han sitt arbete för gymnastikens spridning vid läroanstalterna. Arvid August Afzelius berättar i sina Minnen, att han uppsöktes av Ling. Afzelius, som dittills undervisat barnen på frimurarebarnhuset efter Guts Muths lärobok, överenskom med fäktmästaren, att denne följande dag "skulle lämna mig en ritning jämte kostnadsförslag till en gymnastikbyggnad på frimurarebarnhusgården". I direktionen för barnhuset mötte den föreslagna gymnastikinrättningen "många betänkligheter". Den genomdrevs emellertid, och Ling "fick i uppdrag att bygga sin första gymnastik i Stockholm på barnhusgården mellan de gamla valnötsträden. Snart följde stora barnhusdirektionen och Krigsakademien vid Karlberg vårt exempel —". Ett riksdagsprotokoll från 1820—1830 års riksdag säger oss, att åren 1815 och 1816 fingo "några och 50 ynglingar från nämnda institution 'fritt gymnastisera' vid centralinstitutet". Afzelius betygade vid samma riksdag "sin aktning för Herr Ling". Det var icke enda gången, som Ling i Stockholm arbetade för sin sak utan ersättning. 1819 eller 1820, något av dessa år, fick under hösten och vintern "Maria Schola fri Gymnastik i en af Herr Ling på enskildt försök och bekostnad etablerad inrättning på Söder, och hvarpå han då den ej bar sig sedermera förlorade omkring 500 R:dr. För flere år sedan var det en antagen princip af Ling, att låta Scholæ-Lärare, Vetenskapsmän och Konstnärer m. fl. få fri Gymnastik—". Det kanske ståtligaste exemplet på Lings oegennytta är det, som C. F. Dahlgren anförde vid riksdagen ifråga: "För det närvarande betalar Herr Ling 1400 Rdr B:co till aflöning för Lärare årligen, således 400 R:dr öfver hvad som beståtts till dato för Institutet af Rikets Ständer. Förledne år inrättades i Gymnastiksalen en Värmeapparat". Kostnaden var "800 R:dr B:co och för hvilken Ling ensam har fått stå risquen".

I ett svar å anmärkningar, framställda mot honom, upplyser oss Ling själv om vad han uträttat för gymnastikens yttre betingelser. Det gäller tiden till 1826. Han säger, att han — "utan att af min tjenstebefattning wara förpligtad dertill, sedan år 1813, uträknadt och afgifwit ritningar till nära 50 gymnastikbyggnader och appareljer, alla särskildt lämpade efter lokal, personal, tillgångar, m. m. —" Vidare hade han "de fleste gånger betalt dem, som utfört min konceptritning och ofta i månader, dagligen tillsett gymnastikbygget, wid 7 allmänna inrättningar", och han tillfogar: "Anm[ärkaren] har sjelf twingat mig att här säga hvad jag aldrig tänkt allmängöra". Lings uppoffrande arbete torde avse så väl militära som civila gymnastikbyggnader.

Allt emellanåt kommer Ling till synes i de gamla aktstyckena, bl. a. i protokollen från 1812 års uppfostringskommitté. Så när han anhållit om kommitténs förord till ett gymnastiskt institut i huvudstaden, när han inlämnat förslag till reglemente för institutet eller förslag till "vidare åtgärder för att fullborda nämde inrättning", när han "den 27 januari 1815 tillkallad af Comiténs Beredningsfördelning", hade åtagit sig att inom kort ingiva "omkostnadsförslag till Gymnastiska inrättningar vid rikets gymnasier för ett antal af minst 50 och högst 200 Elever, hvarjemte Beredningsfördelningen med honom öfverenskommit, att den 3 Februarii taga i ögnasikte de Gymnastiska öfningarna vid Krigs Academien på Carlberg, der nämnde öfningar redan blifvit utvidgade till voltigering å lefvande häst". Ling ingav "inom kort" ett kostnadsförslag [1]. Fördelningen hade föreslagit "att vid hvarje Läroverk en Gymnastisk Inrättning anlägges". Vid karlbergsbesöket den 3 februari (1816) hade fördelningen "gjort sig öfvertygad om den utmärkta skicklighet, hvarmed Fäktmästaren Ling ledde cadett Corpsens Gymnastiska öfningar". Även av icke direkt gymnastiska anledningar förekommer Ling i protokollen, såsom då han begär nödiga reparationer å fönstren vid Styckgjutaregården" (protok. 14 mars 1814).

[1] Ling i Journalen, 1826.

Ett intresse för sig betingar protokollet från den 2 juli 1817, vari omförmäles, att Ling begärt kommitténs utlåtande över en av honom författad avhandling i mytologi. Jag skall beröra denna i annat sammanhang.

1807 års skolordning hade anbefallt införande av gymnastiska övningar vid läroverken, dock icke under obligatoriska och reglementerade former. Det praktiska resultatet av förordningen blev magert, varom de konsistoriebetänkanden, som ingingo till 1812 års uppfostringskommitté bära vittne. Skälen framträda klart: brist på lokaler och utbildade lärare. Det ena som det andra berodde på, att penningmedel saknades. Man undersökte de allmänna läroverkens kassor för att se, om man från dem kunde få hjälp till gymnastikens införande i läroverken. Därvid befanns det, att medel för ändamålet saknades på de flesta ställen. Såsom G. Moberg upplyser, föreskrev K. m:t först 1822, att examen vid centralinstitutet var en nödvändig förutsättning för att anställas som gymnastiklärare. 1839 bestämdes en lön för gymnastiklärare, 150 rdr årligen. Ännu 1832 ”erhöllos övningslärare genom tillfälliga sammanskott eller obetydliga arvoden eller leddes övningarna kostnadsfritt”. År 1840 ordnades lokal- och redskapsfrågorna nödtorftigt.

Det är icke meningen att stanna vid för många detaljer ur uppfostringskommitténs handlingar, men jag vill icke med tystnad förbigå ett så modernt inriktat betänkande som ”Collegii Medici” hemställan, att en ”Lector Medicus” måtte finnas vid rikets alla gymnasier. Upplysande, bedrövligt och roande på en gång, är följande anonyma skrivelse, innehållande: ”Små och Välmenta erindringar—”. ”Som man ej väl vet hvad Gymnastik nu mera egenteligen vill säga, så begriper man ej eller huru fråga kunnat upstå om Sådana Lärares tillsättande vid Läro-Verken, eller hvaruti deras göromål egenteligen skulle bestå —. Lät barnen ifrån de späda åren vänja sig vid hunger och nakenhet, köld och frost, heta och väta, så skola de blifva starka, viga och härdiga. Se på våra Dalkarlar”. Författaren förkastar bl. a. övningar som att voltigera på hästar, att göra luftsprång,

m. m., och han uttrycker en farhåga, att därigenom "den höga Svea" kan "lik en Banqverottspelare sluta med att blifva Lindanserska!"

Små pedagogiska kulturbilder möta här och var, t. ex. i ett uttalande om dansen, som man tillställde kommittén. "Dans på baler är så mycket mera olämpelig för dem, som står under Skolaga, som han innebär ett slags personlig representation, hvilken hvarken anstår skolgossar eller Gymnasister. Hvarje dansare är ju Cavalier? och skall ju visa sig som sådan? Han skall beskydda och hedra sin Dame, förskaffa henne plats, därom täfla med andra Cavaljerer, och följakteligen brösta och svänga sig allt hvad han kan, courtisen oberäknadt. Att en skole-yngling i denna ifver ådrager sig offentelig förödmjukelse eller slagsmål, eller valsar omkull både Rectorer och Lectorer är lika lätt gjordt, som det är skadligt". — Man lägger märke till ett yttrande av biskop Stagnelius, skaldens fader, vari han betonar vikten av "Romerska och Grekiska Historien, begge rika på Fosterlands kensla, som alldrig nog tidigt hos ynglingen veckas —". I ett annat yttrande, undertecknat av samme Stagnelius, heter det: "I frågan om hvilka Kunskaps grenar vid Gymnasierna böra inhämtas, är Consistorii underdåniga mening, att i allmänhet grunden der bör läggas för alla de kunskaper, som fordras, för att blifva en duglig och skicklig Embetsman i ett Ecclesiastique eller Civil Staten". Hans egen son kom till ecklesiastikstaten, säkerligen med faderns förhoppning, att han skulle bli en duglig och skicklig ämbetsman.

Av enskilda personers tankar om undervisningsväsendet i allmänhet bör omnämnas en tryckt liten skrift (1812) av And. Fryxell: "Om de förbättringar våra allmänna Läroverk synas för det närvarande kunna emottaga". Fryxell, lektor och rektor i Karlstad, var E. G. Geijers lärare och mottog som inackordering Erik Gustaf och hans yngre broder. I Fryxells skrift talas det om "det ursprungliga national lynnet", som löper fara att förvanskas — en götisk synpunkt. "— en högst skadlig frihet, för både Lärare och Elever, har uppkommit". Särskilt

intresserar oss författarens nitälskan om kroppsövningar. En härdande fostran är av nöden. "Genom en olycklig sedernas och allmänna handlingssättets vändning börjar ungdomens eller rättare sjelfva barnaålderns smak att taga sin rigtning åt publika nöjen, konversationer, assembléer, spektakler, biljarder och alla slags bullersamma folksamlingar". — Som man ser fullt nutidsaktigt!

I en recension i Swensk Literatur-Tidning av Fryxells skrift har E. G. Geijer gjort ett uttalande om gymnastiken: "Gymnastiken borde wid alla [läroverk] införas, och disciplinen i allt hwad till yttre ordning hörer wara militärisk; ty krigsståndet, till sin natur ett gemensamt stånd för all ungdom, är det i dessa tider mer än någonsin". Geijers ord härröra från 1813.

Jag har här framdragit några, som jag tror, glömda pedagogiska kulturbilder.

År 1825 tillsattes, som bekant, den s. k. stora uppfostringskommittén, bland vars medlemmar många framstående personligheter återfinnas: Tegnér, Geijer, Wallin, Agardh m. fl. Kommittén avgav sitt betänkande år 1828. Det visar, att insikten om gymnastikens nytta hade tillväxt. Betänkandet anbefaller livligt gymnastiken och dess centrala utbildningsanstalt, Lings institut. Tidstypiskt är, att gymnastiken i fabrikerna förordas. Man hade fått känning av den moderna industrin och dess vådor. Att gymnastiken under 1820- och 1830-talen hade börjat slå rot i undervisningsväsendet framgår även av riksdagsförhandlingarna från dessa årtionden; i dem får ock Ling mer än ett ampelt erkännande för sitt arbete.

I och med grundandet av det gymnastiska centralinstitutet hade Ling fått en vidsträckt aktionsradie för sin gymnastiska verksamhet, och han utnyttjade den med all energi. De yttre betingelserna voro icke lysande. Han behövde förvisso tro på sin sak, på den gymnastiska idéens inneboende kraft. Lokalen, som erbjöds, var ett gammalt kanongjuteri med lergolv och utan innertak och nästan fallfärdigt. Allt annat än uppmuntrande var ock svårigheten att finna lärareämnen, som med tiden skulle leda gymnastiken vid läroverken. Under de 9

första åren av institutets verksamhet anmälde sig ingen till lärareutbildningen, "emedan de förmögnare icke vilja använda sin tid i det tunga arbete, som Gymnastiske öfningarne medföra, och de obemedlade åter sakna bergning under Läro-åren". Institutets lärarepersonal var ända till 1823 inskränkt till Ling själv och en medhjälpare, från år 1818 L. G. Branting. Icke heller var kritiken, för vilken Ling såsom banbrytare för en ny sak utsattes, uppmuntrande. På en sådan kritik svarade Ling uttömmande en enda gång. De ekonomiska förhållandena under vilka institutet arbetade gåvo länge anledning till svårigheter.

Ling var emellertid mannen att möta svårigheterna. De hade börjat i Lund, där kanslärn, L. v. Engeström, var avog mot Ling. Ling utbildade emellertid med tiden hängivna medlärare, som skulle föra hans sak vidare och som jämte honom oförtrutet arbetade på gymnastikens inre utveckling, på insamlandet av fler och fler erfarenheter från dess tillämpning. Han instruerade ock till institutet kommenderad militär personal. Han meddelade där undervisning till skolungdom, tidigare än man synes antaga. Som nämnt, infördes genom Ling gymnastik vid frimurarebarnhuset. Innan detta hunnit anordna gymnastiklokal inom sitt område hade barnhusets gossar redan en tid åtnjutit undervisning vid Lings institut. Det var 1813. "Redan följande år väckte gossarnas gymnastik stor uppmärksamhet —". Ett utdrag ur Frimurare Barnhusets Registratur 1813 låter oss veta, att "undervisningen gjer Herr Ling för intet, tills Läraren vinner nog färdighet att sjelf föra befälet". Läraren var tydligen den person, som skulle utbildas till ledare.

Längre fram i tiden kom Nya Elementarskolans ungdom med i centralinstitutets kundkrets. C. J. L. Almqvist, skolans rektor, hade "voltigerat hos Ling", och gymnastiken hade vid hans läroverk en plats bland obligatoriska ämnen. Ämnet var icke frivilligt som latinet, grekiskan och hebreiskan. Tilläggas bör, att Almqvist satte de idrottsliga lekarna högre än gymnastiken. Hos Ling fanns det, som förut nämnts, ett tydligt in-

tresse även för idrottsliga övningar, vilket icke var fallet med L. G. Branting enligt uppgift. Under sommaren meddelades åt skoleleverna undervisning i simning. — Även "Clara skolas" elever erhöllo gymnastikundervisning vid institutet.

Jag skall icke här närmare ingå på centralinstitutets verksamhet och organisation, då vi äga en framställning därav i G. C. I:s Historia, 1813—1913, (utg. 1913). Åtskilliga kompletterande dokument finnas emellertid.

Bland lärjungar till Ling, utom Branting, Georgii, de Ron, Wahlbom, vill jag nämna Thorsten Rudenschiöld, som under någon tid begagnat undervisningen å Lings institut. I en testamentarisk skrivelse omnämner Ling honom bland "Institutets skickligaste elever" och föreslår honom till underlärare "om han vill fortsätta". Ling kallar honom "Gref Rudenskjöld — utan förnamn; men då vi finna "Thorsten Rudenschiöld" bland Heidenstams elever i Uppsala (i skildringen av en gymnastikuppvisning, Stockholms Posten, 1815, n:r 154) behöva vi icke, tyckes det mig, tveka om att det var denne Rudenschiöld som fortsatte sin utbildning hos Ling [1].

I P. H. Lings dagar var gymnastiken ännu en *gymnastica militans* — en för sin existens stridande gymnastik, men det dröjde icke länge, innan den började bli en gymnastica triumphans, som spreds även utanför Sveriges gränser. *Ett par årtionden och Lings idéer satte frukt både inom och utom Sverige,* vilket utgör en märklig insats i den svenska gymnastikens växlingsrika historia. Denna framgång, som Ling icke fick uppleva, bottnade i hans grundläggande arbete.

Allt nog, om källorna, dessa tysta vittnen, få tala ut, så låta de oss förstå, vilken betydelse Ling har haft, icke blott för gymnastikens inre utveckling — dess övningsförråd och dess metodik — utan även för dess yttre utveckling.

---

[1] Till yttermera visso upptar G. Elgenstiernas Sv. Adelns ättartaflor, 6, (1931) icke någon annan medlem av ätten, som kunde passa i detta sammanhang.

NÅGRA SLUTORD.

Härmed har jag sökt att så långt möjligt skildra P. H. Lings gymnastik sådan den verkligen varit. De missuppfattningar om Lings gymnastiska gärning, som förekomma, har jag velat undanrödja — om möjligt, ty missuppfattningar ha en märkvärdig förmåga att bita sig fast i medvetandet. Mycket av den kritik, som nu för tiden föres till torgs, äger gamla anor. Påståendet att Lings pedagogiska gymnastik varit allt för ortopediskt och sjukgymnastiskt betonad, är en av dessa ihållande missuppfattningar. Ett studium av rörelseförrådet från Lings tid tar oss ur denna villfarelse. Ling skulle t. o. m. ha föväxlat frisk- och sjukgymnastik. Sanningen är, att då han grep sig an med sjukgymnastiska försök, fanns det icke någon sjukgymnastik, med vilken han kunde förväxla sin friskgymnastik.

Sätter man sig verkligen in i Lings verksamhet på olika områden, skall man finna, att gymnastiken för honom var lika viktig som någonsin det litterära författarskapet. Man hänvisar ibland till hans litterära verksamhet som den där skulle ha intresserat honom mest. Det förhåller sig likväl så, att både gymnastik och litteratur äro imponderabilia hos Ling, ovägbara kraftkällor för hans skapande överhuvud, för hans strävan att höja sitt folk, att stegra dess vilje- och handlingsliv. Om sig själv som diktare, säger han i en "slutanmärkning" till Asarne, att han icke väntade att ställas inför eftervärldens dom. Hans gymnastiska framtid sysselsätter honom däremot ännu på dödsbädden. Han väntade sig domare i gymnastiskt avseende. Han har, år ut och år in, arbetat för gymnastiken, han har väl mer än någon i vårt land analyserat dess funktioner, de psykiska och de fysiska. Den skärpa, varmed han behandlat gymnastiska begrepp, undgår kanske den som tar del av hans

gymnastiska skrifter, då dessa dels ofta äro oavslutade, dels bemängda med tankestoff, som är oss främmande.

Det kan tyckas, som skulle kritiken mot en gymnast från 1800-talets början ingenting betyda för våra dagars gymnastik. I verkligheten betyder den åtskilligt. Ling har varit vår läromästare under lång tid; många av hans satser ha blivit axiom, vars härkomst vi ofta icke ens känna igen. Genom en osaklig kritik mot P. H. Ling rycker man undan själva grunden för vår gymnastik. Dess bättre ha anfallen icke åstadkommit några grundskott. När vetenskapsmännen sätta sig till doms över Lings gymnastik, torde de ibland glömma, att vetenskapen icke är den enda regulatorn för friskgymnastiken. Pedagogiken och estetiken måste också säga sitt ord. I sin syntes av rationella (resp. vetenskapliga), pedagogiska och estetiska synpunkter torde Lings gymnastik vara ensam i sitt slag.

Med ett historiskt betraktelsesätt skall man bl. a. finna, vilken märklig pedagog Ling har varit. Den destruktiva kritik, som övas mot honom, tycks förgäta den pedagogiska sidan. En viss militär pedagogik tillerkännes honom. Hans så att säga civila pedagogik lämnas åsido. Lings gymnastik skulle allt från början, enligt vissa författare, ha varit soldatgymnastik, icke en skol- och ungdomsgymnastik. Lings rörelseförteckning från Göteborg visar oss, att denna uppfattning är oriktig. Överhuvud har man förbisett det spontana, icke rutinmässiga, som utmärkte hans undervisning. Ling var en vän av fasta, icke fastlåsta former. Jag anför som *ett* prov denna beskrivning, lämnad som svar på ett anfall mot Ling i en tidning. Svaret lyder bl. a. som så:

"Jag fick häromdagen det infallet att gå in på herr Lings gymnastiksal och taga denna inrättning i ögonsigte; jag vill för ro skull förtälja dig något härom.

Efter den der trähästen du i ditt bref omnämner, tittade jag med alla mina ögon, och fann den till min förlustelse lik en stor pegas stående midt i rummet. Jag väntade att i den vida salen ej få se annat än nämnda trähäst, men fick till min för-

våning se en mängd stockar, härs och tvärs upreste: jemte pinnar, stänger, stegar, linor och andra curiosa, hwarom du i ditt bref ej nämner ett ord. De så kallade pojkarne, hwilka du talar om, fann jag till min förskräckelse 3 à 2 alnar långa, både med skägg och polisonger, och tycktes mig en af dem vara omkring 60 år, och sades vara president, hwilket icke litet förvånade mig. Jag fann här ett lif, en munterhet, som aldeles är opassande för vårt Nordiska climat, der man så lätt, under stark echauffering kan förkyla sig. Några små piltar klängde högt i tågen, och syntes djerfvare i sina språng och åthäfvor än som kan passa en skägglös ålder. Men min förvåning steg till sin höjd då jag här fann vår vän P. sysselsatt att på slikt sätt sönderbråka sin kropp; han som du påminner dig ansåg hwilan för lifvets högsta njutning och sömnen såsom dess triumf. Hans kinder hade förlorat sin cremor tartari färg, och hans ögon förut dunkla såsom chinadecokten voro nu glänsande som små kattögon".

Med tiden införde Ling i sin gymnastiska praxis kommandogymnastikens fristående, formgivande övningar. De pedagogiska fördelar som ett väl avpassat militärt inslag i gymnastiken innebär för växande ungdom i allmänhet, kan väl ingen opartisk bedömare förneka. Kritiken ihågkommer emellanåt dessa fristående övningar, förmenandes, att de äro stela, artificiella; kanske fråndömas de också rytmens fördelar. — Stort är också värdet av den korrektiva princip som utmärker vår gymnastik. Det är märkligt att se vilken uppskattning, som vederfares "la gymnastique corrective" på utländskt håll.

Det var med skäl, som Ling talade om förnuftsgrunder i sin gymnastik. Det är flera gymnastiska *begrepp*, som betonas i egentlig svensk gymnastik och som ställa denna i en pedagogisk rangklass. Till dem höra dagövningsprincipen och progressionsprincipen; lektionen skall bilda en gymnastisk helhet, övningarna skola gradvis stegras. Det ena som det andra är gamla lingska principer, särskilt utformade av Hj. Ling. Utgående från sin faders gymnastiska verksamhet grundade Hj. Ling en särartad svensk gymnastisk tradition. Under ti-

dernas lopp har dess standard icke alltid varit densamma; den har sjunkit ibland. De förebråelser som då och då riktats mot en tidvis måhända stelnad tradition, äro förfelade, om man tänker på den svenska gymnastikens verkliga innebörd. Den föreskriver stegring och omväxling, övningar, som befrämja mod, beslutsamhet och färdighet. Påståendet att sådana traditionens män, som Hj. Ling, Branting och Georgii saknat vetenskapliga förutsättningar, är likaledes mycket ohistoriskt. Härmed vill jag naturligtvis ingalunda annat än tillerkänna den moderna vetenskapen dess givna plats också inom gymnastiken.

Kritiken emot Ling bör uppmärksammas. Det är icke alltid som främlingen, kanske icke heller svensken, skiljer mellan Lings och senare tiders gymnastik. Tillvitelserna mot Ling kunna lätt i den oinvigdes ögon rycka undan grunden för hela byggnaden. En bedömning utan tillräckligt primärmaterial kan förvandla Lings gymnastik till ett museiföremål, till något som man respekterar huvudsakligen för dess ålder, men Lings gymnastiska tankevärld är icke död materia. Vi leva än i dag på lingska tankar. Så t. ex. det väl motiverade kravet på formens tillgodoseende, den befogade oppositionen mot åsikten att gymnastiken är tråkig, den behövliga varningen mot farliga övningar. Våra gymnastiska tidskrifter innehålla dess bättre uppsatser med dylika gammal-lingska tankegångar.

Man invänder kanske, att P. H. Lings tid utmärktes av för mycken götiskhet och för mycken beundran för antiken för att dess gymnastik skulle svara till vår tids sociala och ideella behov. Det är naturligtvis sant, att de sociala förhållandena och idésynpunkterna ändrats sedan Lings dagar, men den tiden var, liksom vår, omdaningens och farornas skede, och sådana skeden äga ofta likheter sinsemellan. Icke heller få vi glömma den utveckling, som även götiskhetens målsmän önskade. Vad tidens antikbeundran angår, så har den varit betydelsefull för vår gymnastik. Det sinne för plastisk form, som Lings antikt klassiska inställning medförde och som föranledde Viktor Rydberg att tala om Lings "ädla konst", efterlyser man, tyvärr,

ibland förgäves — jag säger ibland. En del nya gymnastiska ställningar äro allt annat än plastiskt vackra. Sinnet för formen bör alltjämt vara en ledande princip.

Dess bättre synes sinnet för god form i regel få göra sig gällande vid bedömningar av gymnastiska och idrottsliga prestationer.

Bakom linggymnastiken ligga idéer. Lydnad och ordning uppbära kommandogymnastiken. I stegringsprincipen rymmes den riktiga tanken, att övervinnandet av en svårighet kan ge individen mod att gripa sig an med allt större svårigheter, som kanske en gång synts honom oövervinneliga.

Nyheterna äro många i vår tid. Må de blott bli någonting mer än en registrering över experiment. Vi ha fått många former av fysisk uppfostran, icke alla lika berättigade. För att hålla oss till skolorna, kan man fråga, om icke numer leken och idrotten, nyttiga i och för sig, inkräkta på den egentliga gymnastiken, så att dennas pedagogiska fördelar icke alltid komma till sin rätt. — Det sägs, att ungdomen gärna slöt sig till Ling. Den kunde ha skäl därtill. Få av våra uppfostrare ha, såsom Ling, förstått vad ungdomen behövde. Den behövde och behöver en uppfostran till harmoni, en utbildning till kropp *och* till själ, ett samgående av bägge slagen. Det var Lings, Tegnérs, Agardhs, humanismens önskemål. Harmonibegreppet är ju ett grekiskt ideal, som i praktiken icke står högt i kurs i vår tid, men som borde ha en plats däri, ty vi hålla på att förlora den andliga jämvikten, sinnet för proportioner. Det gymnastiska idéförrådet har tunnats ut under tidens gång. I våra dagar är det teknik, hygien och medicinsk vetenskap, som behärska gymnastiken. De behövas förvisso, men de böra icke skymma bort idéperspektivet. Med detta vinnes åt vår gymnastik en inre kraft, väl behövlig i nuet och i framtiden.

HÄNVISNINGAR OCH KOMMENTAR.
(Förkortningen L. M. T-n = L. M. Törngren)

Sid. 12. Löwenhielm: Presidietal uti Vet. Ak. vol. V, s. 36, ff. — Allmänna Läro-hus: a. a., s. 42. — Kroppsövningar i Grekland och Rom: a. a., s. 16, s. 21 f. — "På detta sätt...", a. a., s. 37.

Sid. 13. Citaten från Schönberg: a. a. (Utkast...) s. 156, s. 158, s. 154 (noten), s. 108 f., s. 114.

Sid. 14. Schönberg: kroppsövningar, a. a., s. 160. — Kölmark, kroppsövningar, a. a., s. 95. Jfr samme förf:s Utkast til Allmänna Upfostrans Förbättring, 1794, s. 125; om läroböcker, s. 41, om fäderneslandets språk och hävder m. m. s. 91.

Sid. 16. Kölmark mot Walch: Tankar om Allmänna Upfostrans Verkan, s. 106 f. — Silfverstolpe t. kanslersgillet: Protocoller — Ridderskapet och Adeln, riksdagen 1809, s. 888; memorial 1809; citaten: anf. Protocoller, s. 885, s. 889.

Sid. 17. Silfverstolpe: den allmänna broderligheten. Ped. Handl. 1 h., 1813, s. 30; "upplysningens fackla" o. "grundpelarna", a. a., s. 38. — Silfverstolpe: "Gifvom åt samfundsföreningen", a. a., s. 27 f.

Sid. 18. "national-physionomien" och främmande seder, a. a., s. 30; om nationen som kan strida, a. a., s. 35, om sedernas enfald, a. a., s. 28 f. — Tegnérs Svea, a. a., s. 29.

Sid. 19. de "physiska" krafterna, a. a., s. 24. — Silfverstolpes inlaga: Albert Wiberg, Gymnastiksträvanden i 1790-talets Sverige, särtr. ur Skola o. Samhälle, 1943, nr 7, s. 10. — Monatshefte der Comenius-Gesellschaft, Dritter Band, (1894), s. 128—146: Condorcet's Ideen zur Nationalerziehung — Von Dr Paul Natorp.

Sid. 20. A. Wiberg: Gymnastiksträvanden: s. 1. — Våra förfäders kappränning... i ett utlåt. fr. Link:s domkap., se Pædag. Handl., 2 h., 1813, s. 14.

Sid. 24. Lings antikuppskattning: min upps. om Vår gymn. tradit. i Sv. gymn. i In- o. Utl., 1934, särtr. (s. å.) s. 5. — Lings konstintresse: min publikation "Lingska aktstycken", Jetta Lings självbiogr. anteckn., a. a., 1935, särtr. (s. å.) s. 11 f.

Sid. 25. Om Jahns nat. patos, se ock Paul Piechowski: Fr. Ludw. Jahn, 1928, s. 112, s. 3.

Sid. 26. Ling om "sann hälsa", Saml. Arb., III, s. 773; Ling om "det andligas Fristat"; inträdestalet i Sv. Ak., särtr. 1836, s. 50. — Citatet fr. Pestalozzi e. Albert Lilius: Pestalozzi. — Ling om harmonin, a. a., III, s. 773.

Sid. 27. Ling om en "Gymnastikinrättning efter sanna grunder": Svar på de frågor en anmärkare framställt, Journalen nr 29 o. 30, år 1826; "sanna grunder" i nr 29, 4 febr. — Ling o. Pestalozzi: min uppsats i Fys. Fostran o. Vet., 1943. — Ling om människokroppen såsom helig: Saml. Arb., III, s. 773; Jfr s. a., s. 570; Pestalozzi Ueber Körperbildung i Kleine pädag. Texte, Heft 7, s. 7, motto före texten.

Sid. 28. Ling om gymn. ss. preservativ; Saml. Arb., III, s. 672. Pestal. Ueber Körperbildung, a. a., s. 8. — Inlagan t. akad. konsist.: Lunds consist. majoris manualhandl. 1813.

Sid. 29. Guts Muths: förfining är icke kultur: Gymn. f. die Jug., 1804, s. 80.

Sid. 30. Axel Nyblaeus: Den filos. forskn. i Sv., Första del., senare afd., 1875, s. 149.

Sid. 31. Kanslersgillet: O. Th. Sjöfors, Kanslersgillet o. 1807 års skolordning, ak. avh., Lund, 1919, s. 1. Fremling föreläser utan arvode: C. K. S. Sprinchorn Pedag. Utskottet, Bih. t. Lunds h. a. lärov:s årsred. 1899. — Citatet om blivande lärare o. informatorer: Consist. majoris protok. 27 sept. 1804, § 4 (Lunds univ.:s arkiv. kansliet, ser. A I nr 102, Consist. majoris, renov. prot. 31/1, 1804—26/1 1805). Pedag. utskottet avgav t. ak. konsist. sina utlåtande om det tilltänkta seminariet. Om remissen fr. ak. konsist. t. pedag. utskottet: Lunds univ.:s arkiv kansliet, ser. A I, nr 102, Consist. majoris renov. prot. 31/1 1804—26/1 1805, prot. 26 apr. 1804, § 4. — Fremlings betänkande förekommer bl. Uppfostringsutskottets renov. prot. 1804—1810. Handl. i fråga i Lunds univ.:s arkiv kansliet ser. F. 11: Uppfostringsutskottets prot. o. handl. 1803—1819. Ett avtryck av Fremlings betänkande i Sprinchorns a. a. — Ett litet misstag har insmugit sig här, s. 11: "inom de högre läroverken"; orig. har: "inom de lägre läroverken". — Fremlings inlaga jämte prof. Lundblads: Canzler Gillets handl. vol. 16, i omslaget Afgjorda mål för År 1804. Seminarium Pædagogicum.

Sid. 32. Niemeyer: a. a., s. 11 f., s. 13 ff.

Sid. 33. Bergstedts uttalande, se Lunds univ.:s arkiv kansliet, ser. A II, a, nr 79, Consist. majoris konceptprot. 25/8 1812—18/6 1813, prot. 4/2, 1813, § 5. — Erik Bergstedt, f. 1760, d. 1829, kansliråd, statssekret. (Svenskt biogr. lexikon, 1922). Wåhlins a. skrift, s. 23.

Sid. 34. Om gymn. intressen i Sv. före o. vid tiden f. Lings framträdande: bl. a. Albert Wiberg Gymn. bestämmelsen i 1807 års skolordn. (Tidskr. i Gymn. 1943, h. 12; forts. 1944); densamme: Johan Murbergs kroppsövningsprogram o. Anders Johan von Höpken (Ped. tidskr. 1943); Hjelmqvist, B.: Ärkebiskop Lindblom o. gymn., Östergötlands Dagblad, 29/12, 1935; litt. uppgifter av Wiberg i Tidskr. i Gymn. 1943, s. 221, not 3.

Sid. 35. Den da. övers. fr. Niemeyer: Grundsætninger for Opdragelse og Underviisning. Første Deel. Oversat efter 3dje Udgave — — af Frederik Hoegh Guldberg, 1800. S. 426 i denna övers. omtalas Antropologi og Sykologi, sistn. ord stavat på samma sätt av Fremling. — Fremlings förel. i Ped. skr. utg. av Sv.:s allm. folkskollärarfören. litt. sällskap, 94 h., 1921. — Humanistiska livssynen: jfr Niemeyers Leitfaden der Pädagogik und Didaktik. Zum Gebrauch ak. Vorlesungen, 1802, s. 1. — Fremling, a. a., s. 2. — Niemeyer omtalar olika kroppsövn. i Grundsätze, 1818, I, s. 64 ff. De äldre upplagorna ha icke varit mig tillgängliga, men i F. H. Guldbergs danska övers. 1800, av 3dje uppl. (den från 1799) förekommer en uppräkning av kroppsrör., s. 49 ff. — Fremling om gymn., anf. Ped. skr., s. 14 ff. — Jfr ock Collegium Pedagogicum av professorn Herr Mathias Fremling, Lund d:2 Martii, 1804, d:12 December, 1805, §§ 20—22 (LUB, Handskrifter, Samlingar, Kamp. S. 2 f). — Citaten fr. Fremlings förel: a. a., s. 12 f.

Sid. 36. Uppgifterna fr. ped. utskottet i Lund: Lunds univ.:s arkiv, kansliet ser. F. XI, "Uppfostringsutskottets" prot. o. handl., 1803—1819.

Sid. 37. Om Pestal. metodens spridn. i Sv.: Erik Bjelfvenstam, Sv. o. Pestal.; särtr. ur Verdandi, 1927, s. 2 ff. — Signe Prytz: P. H. Ling og

hans gymn. pedag. Indsats, 1941 (passim, se personregister, s. 299). — Pestal. om nationalfester: Kleine pädag. Texte, Heft 7, s. 15.

Sid. 39. Om dansen, avh., nov. 1803, ett uttalande av Lindfors, s. 35. — Om Lindfors som avh.:as förf.: Ivan Carlsson i anf. övers., s. 111.

Sid. 40. Citatet ur övers. av avh. fr. maj 1803, s. 8 f. ("Då vi i eftertanke — —"). — Aphorismi pædagogici, praeses A. O. Lindfors, 1808.

Sid. 42. Om de ridderliga övn. vid universiteten, se Ludwig Mester: Die Körpererziehung an den Universitäten, 1931. — Om de olika slagen av övn. i våra dagar: Lärobok i gymn., I, Abramson—Holmberg—Ruth Key-Åberg—Möller, 1932, s. 132 f.

Sid. 43. Koch: a. a., s. 1 f.

Sid. 49. Vidare om Gust. v. Heidenstam: Sv. litteraturtidskr., 1939, s. 82 ff. — Spridda biogr. om Hs verksamhet i Upps., i Upps. univ.:s acta (se Berchs register). — Om H., se ock G. Moberg, Sv. gymn.:s märkesmän, 1920, s. 14 ff. — Ling om redskapen: Saml. Arb., III, s. 771 f.

Sid. 51. Guts Muths sammanför "der ganze Kampf und der verdoppelte Kampf", Gymn. f. die Jug. 1793, omtr. 1893, s. 139.

Sid. 52. "Barren": Jahn—Eiselens Die deutsche Turnk., 1816, Reclams Univ. Bibl. (förordet dater. 1905) s. 94 ff. — Ett barrliknande redskap finns också i Clias', An Elementary Course of Gymnastic Exercises, 1825, Chapter III ("Parallel Bars") o. i Amoros' Nouveau Manuel, Atlas, 1847, Pl. 108. Tvenne parallella stänger som redskap förekomma även senare i vår gymn.

Sid. 56. "Grisben": nr 103 i Hellströms hs. Hellströms och de Ron's hss i GCI:s arkiv. — Reglem. 1836, s. 62: av misstag rubriceras det 4de kap. som det 3dje (Rättelser, s. 120). I de Ron's hs. saknas följ. i Förslaget upptagna fel: Oliksidig ställning, Ena axeln upplyftad, Ena höften upp- eller utskjuten eller båda delarne, Stelhet i armlederna.

Sid. 64. Lindhard om Förslaget 1820: Tidsskrift for Legemsøvelser, 1941, 3, s. 41 f. — På titelsidan t. Förslaget (Saml. Arb., III, s. 631) står det Mars i st. f. Maj. — "f. n. lättast att införa": a. a., s. 646.

Sid. 65. "Militärisk ordning": a. a., s. 679.

Sid. 66. I margen t. hs:s första sida står inom parentes: "Tryckes på serskilt blad och med allraminsta stil". — "den ende bland dem" (på hs:s sista sida) ä. fr. "en bland dem"; i 3dje raden från slutet: "uppmärksamt deltagit" ä. fr. "nitiskt beg begagnat". Hs bl. L. M. T-ns Efterl. papper.

Sid. 67. Om Lärobok i de theoretiska o. practiska delarne o. cirkuläret: Tidsh. unders., I, s. 19, s. 21. — Om texten t. den avh., som Ling 1830 inlämnade t. Direktionen är det svårt att bilda sig en föreställning, då avh. ej finns kvar, mig veterligen. En ledamot av riksdagen (1834—1835) lämnar några upplysningar om avh., som blott säga, vad som saknades däri (vapenföringen, rörelseläran). Se Tidsh. unders., I, s. 23. — I en konceptskr. t. Slutanm. (Saml. Arb., III, s. 575) av P. J. Liedbeck (L. M. T-ns Efterl. papper) heter det om avh. i fråga att (sedan den av förf. återtagits) "genomgick denna afhandling under tiden synnerligen många förändringar i formen och fick många tillägg i saken, utan att dock blifwa färdig till widare tryck." — Enl. en kgl. skr. av 15 jan. 1831, (L. M. T-ns Efterl. papper) befanns avh., efter granskning utförd av Anders Carlson af Kullberg o. J. O. Wallin, "efter deras omdöme", "jemte det att den är stödd på physiologiska grunder, vara utmärkt genom fullständighet, klarhet och grundlighet i framställningssättet". Så märklige män granskarna än voro, är det väl fråga om i vad mån de kunde be-

döma de "physiologiska" grunderna. — "Exemplaret återfått" — — Tidsh. unders., I, s. 35.

Sid. 68. Tryckningen avbröts, Saml. Arb., III, s. 485 utg:s anm. Ibid. Liedbeck o. Georgii om utgivandet. Se ock Saml. Arb. III, s. 575. — De olika delarna i "lärobok af Ling" skulle omfatta: 1) Fristående Rörelser. Simning. 2. Allmän Gymnastik. Voltige. 3. Theori, Sjukgymnastik. 4. Fäktning. Huggning. — Vid 1. står med blyerts Brottning o. överstruket Lekar; Vid 2. står med blyerts Lekar, Kamp, Ästhetisk Gymnastik; vid 4. med blyerts Bajonett, Lans —.

Sid. 69. Virgilii epigram med övers. återgivet Georg Büchmann Geflügelte Worte, 1937, s. 406.

Sid. 71. Guts Muths: Gymn. f. die Jug., 1793 (omtrycket 1893, s. 156). — Lings skr. 15 okt. 1813, bl. Lunds consist. majoris manualhandl., 1813 (Lunds univ.:s arkiv kansliet ser. E VII, a, nr 91).

Sid. 72. Uttalandet återfinns i A. B. Santessons Skol-Gymnastik f. Rikets Elementarläroverk, 1866, s. 34. Ytterst härrör det tydligen fr. biskop C. A. Agardh i Karlstad, som gymnastiserat under Ling i Lund. I Karlstad var Santesson gymnastiklärare en tid.

Sid. 74. Santessons brev i G.C.I:s arkiv. — C. F. Dahlgrens hs, se mina "Lingska aktst.", 1938; särtr. ur Sv. Gymn. i In- och Utlandet, nr 6, 1937.

Sid. 75. Hj. Lings koncept skr., G.C.I:s arkiv.

Sid. 83. Om voltigens härkomst: Ludwig Mester, a. a., s. 29, not 4. E. C. Werlauff, Bidr. t. P. H. Lings Biographie, 1848, särtr., s. 14, ur tidskr. Frey, 1848. — Voltige på Nachtegalls inst.: Joachim Larsen I Vor Ungdom, 1895, s. 472.

Sid. 86. Lings äldsta dotter omtalar i sina minnesanteckningar, att i inst.s gamla gymn. sal fanns en: "upphöjd plintgång å ömse sidor." — C. A. Georgii om barr o. räck: Om nationaluppfostran, 1869, s. 32, noten o. Louise Wikströms Levnadsteckn. över de Ron, s. 31. — Om gymn. i det fria, Lings memorial, dater. Stockholm, 15 okt. 1813. (Consist. majoris manualhandl., 1813) (L.U.B.)

Sid. 88. E. W. Rein, Encyclopedisches Handbuch der Pädagogik, IX Band, II Aufl., 1909, s. 246. Förf. ger också Lings gymn. betydelsefulla erkännanden.

Sid. 91. Enligt E. C. Werlauff kom Ling t. Nachtegalls inst. först sedan han börjat m. fäktn. Samma uppgift hos Joachim Larsen, a. a., s. 473.

Sid. 93. Joach. Larsen, a. a. — J. Lindhard: Guts Muths — Nachtegall — Ling i ak. gymn., 4 o. 5., 1918, 1919. — K. A. Knudsen: Gymnastikens Udvikling i Danmark (Særtr. til Verket "Fri Ungdom"), 1943, s. 137. — Dr. Prytz' kritik av mitt omdöme (Ling hans betydelse o. verk, 1907, s. 19) återfinns i P. H. Ling og hans gymn. pædag. Indsats, 1941, s. 162. — Hellströmska hs talar om användn. av fallgördlar, övn. nr 337. Nachtegall beskriver användn. av en "Hjælpesele" bl. a. sålunda: "Denne Hjælpesele spændes til større Sikkerhed om Livet paa Begyndere, især naar der klavres højt op eller ovenpaa Tværbjelken" (Lærebog, 1834, s. 18 f.). — Med avs. å uppkomsten av vippmast, balanserkanter, lutande stegen, se V. Heikel, Gymn:s Hist., 1905, I, s. 257. — Guts Muths, 1804, s. 366, talar om övn. "auf einem Straff gespannten Gurte".

Sid. 99. Guts Muths om fel i gången: 1804, s. 186. Ling Saml. Arb., III, s. 491. — Guts Muths hänvisar t. grekerna, 1804, ex. s. 190 f., s. 241, s. 169, s. 423.

Sid. 100. Erwin Mehl, Grundriss des deutschen Turnens, 1930, s. 23,

om hellenernas ”formende Übungen” (einschliesslich der vorbereitenden). — Guts Muths' Rückenprobe, 1804, s. 263 f.; Nachtegall: Lærebog i Gymn. for Almue og Borger-Skolerne i Danmark, 1828, s. 87; Jahn—Eiselen, a. a., s. 119. — Ling ”stupfallande”: Förslaget, 1820, Saml. Arb., III, s. 660.

Sid. 101. J. Götlinds skr. Gamla sv. idrottslekar, 1934 (Verdandis småskr., nr 366). — Om Lings intresse för folklekarna: Saml. Arb., II, s. 440. — Guts Muths, 1804, s. 156.

Sid. 102. Om kroppsövningarna hos Pestal. o. Niederers insats, se A. Hirn, Die Leibeserziehung bei Pestal. —, 1941.

Sid. 110. H. F. Massmann, P. H. Lings Schriften über Leibesübungen. Aus dem Schwedischen übersetzt, 1847 (de översatta arb. äro: Gymn. allm. grund., Gymn. regl. 1836, Soldatundervisn. 1838). — Om Jahn, se även Mehl, a. a., s. 39 f. S. 41 a. a. återges en bild, framst. åtsk. rörelser å en bjälke, liknande våra på hävplanka el. bom. Rörelserna äro tagna ur Bornemanns 1814 utg. bok om Jahns Turnen. Redan i Göteborg (1809 —10) hade Ling visat prov å rörr. i fråga.

Sid. 111. Jahns Die Quern: Jahn—Eiselen Die deutsche Turnkunst, s. 130. — Om Amoros' redskap se ”Atlas” över redskap o. ställn. i slutet av hans Nouveau manuel; om hans trapez: a. a., II, kap. XXII, s. 224 ff. — Om Amoros' förf.-skap, se ock La France littéraire ou Dictionnaire bibliographique par J.-M. Quérard, I, 1827 o. Catalogue général des livres imprimés de la bibliothèque nationale, 1924, tome II.

Sid. 112. Det förra arb. (La France littéraire) upptar för Amoros' Cantiques 1816 som utg. år, det senare 1818. — Amoros om fysiologi: Nouveau manuel, I, s. VII; om ”technologie gymnastique” ib., om osteologi, myologi m. m., a. a., II, s. 384, s. 386. — Tidsbilden fr. kontinenten: Revue Encyclopédique, 1829, Tome XLII, s. 257 f.

Sid. 113. Clias ”gång på hälarna”: An Elementary Course, Chapter I, Walking in general. Amoros' Nouveau manuel, Chap. IV, s. 130, ”marcher sur les talons”.

Sid. 114. Brevet t. Lindblom: orig. i lindblomska brevsaml. i Linköping, avtr. i Prytz, a. a., s. 218 f.

Sid. 115. Om Guts Muths Klimmen o. Klettern: Klemens Wildt, Jahn und das deutsche Turnen, 1931, s. 86. — Jahn-Eiselen, a. a., s. 103 f., s. 99. — Hj. Ling: L. G. Brantings Efterl. Handskr., Häftet I, s. 201.

Sid. 116. Barsekow i tidskr. Die Leibesübungen, 20. Dezember 1932, s. 561.

Sid. 117. Chr. Molbech: Breve fra Sverrig, I, 1814, s. 42 ff. — Ling om frist. gymn. o. lärov. Saml. Arb., III, s. 642.

Sid. 118. Om olika deltagare o. om rotmästare: Hj. Ling, Brantings Efterl. Hss., II, s. IX; Om pedag. föreningens discussion öfver skolgymn., Bih. nr 5, 1861, s. 23.

Sid. 119. Det lingska hsfragm. återges i mina Tidsh. unders., I, s. 102 ff. — Om dagövn. f. soldater, utan maschineri, se Gymn. regl., s. 4. — Citaten fr. Lings Saml. Arb., III, s. 642, s. 578.

Sid. 120. Guts Muths om allm. gymn. regler: 1793, omtr. 1893, s. 248 f. Föreskrifter också i 1804; huvudregeln: Geh nur Stufenweise vom Leichtern zum Schweren. — Ett hs blad m. lektionsschema (L. M. T-ns Efterl. papper), 1834 (Branting), se d. a., IV, 1. — J. Lindhard: Den specielle Gymnastikteori, 1926, s. 18. — Densamme om Sv. gymn. o. anat.: Ak. gymn., 1919, s. 271.

Sid. 121. Hj. Ling anat. o. fysiol. o. klinisk undervisn. vid Hôtel-

Dieu, se min skr. om Hj. Ling, 1939, s. 228, s. 46; Branting o. medic. vetenskap, se ovan kap. om sjukgymn., om C. A. Georgiis studier, se hans Kinetic Jottings, inledn. Om de anat. studierna vid G.C.I. i äldre tid vittna ock förteckn. över anat. preparat: L. M. T-ns Efterl. papper, ib. Brantings hss.

Sid. 122. Hj. Ling o. redskapen, se mitt a. a., s. 175 ff., om faderns naturfilosofi, a. a., s. 163. — Den lingska gymn:s bristande underbyggnad förfäktas av Signe Prytz i hennes a. a., s. 172; av J. Lindhard i Ak. gymn., 1919, s. 273. — J. Lindhard om Lings misslyckande, a. a., s. 269. Densamme om indeln.: Den specielle Gymnastikteori, 1926, s. 36. — Hj. Lings Rörelselära, 1866, s. 87. Orden "i deras allmänhet" saknas i texten, men upptas bl. a. rättelser, s. XVIII.

Sid. 123. P. H. Lings Saml. Arb., III, s. 489 f. — Svårigheten av en exakt anat.-fysiol. indeln., se t. ex. G. Frostell, Metod. kroppsövn., 1933, s. 168 ff.

Sid. 124. Amoros: Sommaire du Cours de Physiologie gymnastique i Nouveau manuel, 1848. Redan i reglem. f. Lings inst., 1814, ingingo krav på kännedom f. förest. i osteologi, myologi o. mekanik, m. hänsyn t. gymn. — Allm. förhålln. regler: Nachtegall Lærebog, 1828, s. 96 ff.; Lærebog, 1834, se Regulativ i denna. Guts Muths: Turnbuch f. die Söhne des Vaterlandes, 1817, s. 286 ff.

Sid. 126. "Hur det kunde gå till.": citer. e. G. Moberg, Hj. Ling, 1940, s. 128. — Ling om kvinnogymn. Saml. Arb., III, s. 577. — Guts Muths, 1793, omtr. 1893, s. 103. — Bl. a. observanda torde Anm. s. 40, Gymn. regl., böra påpekas: "Som böjn. framåt o. bakåt motsvara varandra, likasom böjn. eller vridn. t. höger o. venster, så böra dessa böjn. parvis användas — —"

Endast stycken av den tryckta texten till medik. gymn. finnas bevarade i hs., nämligen styckena 2, 3, 4, 5, och icke ens dessa i fullständigt skick. Således sakna vi de skrivna texterna till styckena 6—12. Blott här och var igenkänner man Lings handstil. Något väsentligt nytt ger oss icke hss. Några detaljuppgifter om dem torde dock vara på sin plats. Omslagsarket med Lings egenhändiga påskrift överensstämmer med trycket, likaså innehållsförteckningen. Av stycket 2 föreligga 2 eller rättare 3 hstexter. En felläsning i trycket (s. 516, sista raden) är "yttre omständigheters lagar" i st. f. hs:s "yttre anständighets lagar". En hs innehåller ett särskilt stycke med överskriften "Om diagnostiska Rörelser". Stycket 3 i trycket föreligger t. största delen i hs. Hs anger icke siffran 3 för detta stycke utan "18"; olikhet i numreringen mellan hs och tryck förekomma på fler ställen, vilket tyder på om- eller bearbetning. Stycket 4 i trycket motsvaras av 2 hss, som båda täcka trycket i dess helhet, obetydligheter undantagna. — I slutet av en hs, som innehåller text av Ling, står med blyerts i margen: "Obs Här borde införas st. om den mekaniska behandlingens inverkning på den inre organismen".

I st. f. nummerbeteckningen 4 i trycket möter man i hss siffran 19 såsom den ursprungliga; i den ena hs — troligen som renskr. avsedda — ändrad till en 4, i den andra kvarstående. Det med 5 betecknade stycket i Grunderna föreligger också i 2 hss, den ena tydligen avsedd att vara renskr., den andra utgörande koncept. Den senare är ungefär till hälften (första hälften) skriven av Ling själv. Också i detta stycke är i en hs sifferbeteckningen ändrad från 20 till 5. En liten språklig avvikelse i renskr.: trycket (s. 527) har formen "spetsar" i st. f. Lings egen form i

koncepths. "spits". Den senare formen förekommer även på annat håll hos Ling. Till momenten 16, 17 i Anm. t. Grunderna (Saml. Arb., III, s. 581 ff) finns ock handskriftstext av Lings hand.

Sid. 130. Lings sjukgymn. utgick från den pedag.: Hj. Lings Rörelselära, 1866, s. 135. — P. H. Ling om estet. gymn. citer. e. Tidsh. unders., I, s. 75.

Sid. 131. Ling-Amoros' fyrdeln.: J. Lindhard i Tidsskrift for Legemsøvelser, 3, 1941, s. 41 ff. — P. J. Liedbecks uppgift i några handskrivna biographica (L. M. T-ns Efterl. papper). — Lings förel. i Sthlm, på uppdrag av ett "Sälskap för konststudium", som sammanhängde med ett sällskap för modellstudier: J. Böttiger, Bengt Erland Fogelberg, ak. avh., 1880, s. 25. — I fråga om de antika slagen av gymn. kunde Ling *delvis* stödja sig på den under A. O. Lindfors' presidium ventilerade avh. om Gymn., 7 maj, 1803 (i skr. A. O. Lindfors, en pioniär för kroppskultur i Sv., utg. av Torsten Lindfors, 1934, s. 14 f.). — Om gymn. undervisn:s mål under antiken (Grekland): Hans Raeder i Ak. Gymn. (Nyt nordisk Forlag), 1918, s. 143 (art. om Gymn. o. Gymn.-theori hos Grækerne). — Lings indeln. o. definit. Saml. Arb., II, s. 481 f., s. 580. — Branting om indeln.: hs ur L. M. T-ns Efterl. papper.

Sid. 144. Biographica (handskrivna) av P. J. Liedbeck. — Ling-Retzius: Ställn. o. förhållanden, maj, 1854, s. 30.

Sid. 147. Virchow m. fl. professorer och läkare: Atheneum f. rationelle Gymn. herausg. von Hg Rothstein. Dritter Band, 1856, s. 180, Lingsche Heilgymn. in Würzburg.

Sid. 148. Hj. Lings anteckning om "en herr Thorén": Kgl. Gymn. Centr.-inst:s historia, s. 166, not 2. Det synes, som om denne "Thorén" varit en Knut Torén, vilken 1851 utgav en ak. avh. i Uppsala: "Betraktelser öfver allmän elementarbildning — —". Där talas även om gymn. Enligt Linnströms boklexikon var Torén gymnastiklärare i Strömstad och född i Sthlm 1815.

Sid. 149. En ansenlig del av den tryckta texten finns även i hs. Så föreligga i hs några rader av kap. 1, ett par tryckta sidor av kap. 3 (4 saknas i hs); vidare återfinna vi i hs det mesta av 5. Hs, som endast ifråga om några rader är skriven av Ling själv och i st. utförd med olika handstilar, ger oss icke mycket nytt utöver trycket. Ett par tre formuleringar i hs äro uttrycksfullare än i trycket. Så, när det om konstnären heter, att han måste "i sin första utbildning nästan öfverväldigas af sin samtids ande, men liksom i allmänhet det endast är kraft, som sjelf kan återvercka mot en kraft, så är endast den skapt till konstnär, som förmår att trotsa tidens nyckfulla inverkningar" (jfr tr., s. 556 f.). Eller när det i hs ursprungligen heter "klassisk", vilket ändrats till tryckets "plastisk" poesi, för vilken, bl. a. den estet. gymn. vore ett utvecklingsmedel (tr., s. 557). Omvänt är "den religiösa eremitlefnaden" i tr. (s. 557) pregnantare än hs:s ursprungliga "pastorala eremitlefnaden". Att anteckna är utelämnandet av raderna om Laokoon, som förekoma i hs. I trycket saknas också ett och annat, angående kroppens ställningar och riktningar: "Handlofvens grundställningar. 1. Slutna fingrar Tummen uppåt. 2 — Bakåt. 3. —". Dessa rader äro skrivna av Ling själv, i fortsättningen möta vi på en f. ö. oskriven sida 3 ord, tydligen avsedda att vidare kommenteras, orden: Cirklar: Winklar: Momenter: —.

I trycket utgör den estet. gymn. en 5te avd.; i en hs har Ling skrivit: "4de afdelningen. Grunderna för Ästetisk gymnastik:."

Sid. 151. Om folkbeväpningsidén och allm. värnplikt, se närmare min bok "Hj. Ling", 1939, s. 110 ff.

Sid. 152. Engelstoft, a. a. (1802), s. 80 f. — Rockstroh: a. a., III, s. 379 ff. — L. E. Dalgren: a. a., s. 27 ff. Se vidare: Lars Tingsten: Gustaf Wilhelm af Tibell, 1924.

Sid. 153. "I ett Tidehwarf — —": Bih. t. samteliga Riks-Ståndens protok., 1812, s. 177.

Sid. 154. Om Lings elever i fäktn.: Populära förel. i gymn. af Leonard Alexis Zanders = Tidskr. f. sv. gymn., 1 bd, 2 h., 1867, s. 70. — Om Lundgren: G.C.I.:s historia, 1913, s. 334.

Sid. 155. "Sedan 1830—": Koncept skrivet av Branting (L. M. T-ns Efterl. papper). — Om kursen i Link.: Krigsvet. ak. handl. år 1839 (tr. 1840), s. 184 f. — Regl.:s historia: Tidskr. i Gymn., III, 1876, s. 207, s. 226. — Lings hs (G.C.I.:s arkiv), som omfattar flera ark, innehåller även bl. a. ett tal, säkerligen hållet vid en avslutning å G.C.I. — I en annan hs (L. M. T-ns Efterl. papper), också av Lings hand, återfinner man flera punkter, ang. regl., till innehållet överensstämmande med den citerade hs. — I parallell hs står i st. f: "författade jag år 1834": "författade Ling år 1833".

Sid. 156. Hj. Lings uppgift, jfr Saml. Arb., III, s. 623, noten.

Sid. 157. "P.M." citer. efter namnbevittnad avskrift, utförd av P. J. Liedbeck. Hs på "Kulturen", Lund.

Sid. 158. Georgiis brev: L. M. T-ns Efterl. papper. — Rapporten över instruktionsbataljonen: Post- o. Inrikes tidn., 1836, 27 jan. — Hj. Lings anteckn.: L. M. T-ns Efterl. papper. — Brantings skr. ibid.

Sid. 159. Guts Muths: Gymn. f. die Jug., 1793, (omtr. 1893), illustrationerna. — Enligt mig av G. Moberg lämnad upplysn., hämtad ur Krigsark., bodde Ling under vistelsen vid Ljungbyhed i Surröd. I Brantings skr. kallas orten Sårröd.

Sid. 160. Om lansen och piken, se ock J. P. Lefrén, Förel. i Krigsvetenskapen vid Kongl. Ingeniör-corpsen, I, s. 136, s. 221, s. 246 (noten). — Om Ling och lansen: C. F. Ridderstad, Regnbågen, 1:a delen, s. 101 ff.

Sid. 161. Om geväret och bajonetten: Alm, J., Eldhandvapnen, 1933, 1934, och Project t. Exercise Regl. 1821. Utdrag af Protocollet, hållit i den af Kongl. Maj:t i Nåder förordnade Comité, 1821 ("gå på marsch": 3 Afd., s. 62 f; 2 Afd., s. 52 f., s. 55). — I Regl. f. lätt infanterie och Jägare, 1791, II, art., X, § 4: "— — det säkraste sättet att segra är med bajonetten". — L. A. Zanders: a. a., s. 30, s. 33. — E. C. Werlauff, a. a., särtr., s. 7. — Texten om lansen, piken, änterbilan: Hj. Ling i Saml. Arb., III, s. 742, noten.

Sid. 162. "Inledn. om Bajonettfäktn.": Hj. Ling, a. a., III, s. 731, noten. — Hj. Ling, Saml. Arb., III, s. 757, noten, Tal om Bajonettfäktn. — Gardställn., a. a., III, s. 766; bajonettgarden = handgreppet t. Generalsalfva (enl. Jägare-Regl.): Saml. Arb., III, s. 767. "De utländska Bajonett-Regl.": s. a., s. 758.

Sid. 163. Ling om Sabelhuggnings-regl.: a. a., s. 591; Hj. Ling ib. noten.

Sid. 164. Hss om jägarna: obs. ock tr. Saml. Arb.: III, s. 623—s. 629: hs i behåll (L. M. T-ns Efterl. papper) utom till "P.M.", s. 627 ff. — Ett ex. på likhet m. fältjägareregl., 1811, är föreskr. under "Gevär i Arm" i Heidenstam—Lings hs, jfrd med § 60 i regl. Denna hs i G.C.I.:s arkiv. Lings yttrande: L. M. T-ns Efterl. papper.

Sid. 165. Om utrustn.: hs till Regl. f. Sabel fäktn. t. Häst. I denna

heter det om lansen: Lansen — — bör af Svenska ryttare behandlas *endast såsom handvapen* — —. Att lära bruka den som *kastvapen* fordras mera tid än ryttarens andra nödvändigare öfningar kunna medgifva. Hs om "Redovisning — —" bl. L. M. T-ns Efterl. papper.

Sid. 166. E. G. Oxenstierna, i "Cadetten", s. 66. Han har ock en del att säga om gymn. å Karlberg i Lings dagar. — Ekstrand, S.: Karlberg 1792—1836. 1937, s. 74. — Om Ling å Marieberg har jag inga uppgifter att lämna. En i Krigsark. förvarad Undervisningsjournal 1823—1860, där examensbetyg anges, upptar icke Lings ämnen.

Sid. 167. Georgii om Ling som fäktare: Om Nationaluppf., 1869, s. 37, noten; vidare G. A. Adlersparre: Öreskrifter, 1:a afd., h. 1, 1865, s. 44 f. och Branting, en anteckn. om Lings fäktning: min bok om Hj. Ling, 1939, s. 22 f. — Om Ling och Karlberg, se ock: Th. Wennerström: Kungl. Krigsak. o. Kungl. Krigsskolan, 1792—1935. 1936. — Bland utensilier för gymn. på Karlberg uppges, 1821, 150 st. floretter och 40 par skridskor (enl. Ant. bl. L. M. T-ns Efterl. papper). — I Knut och Henrik Lilljebjörns Hågkomster (utg. av E. G. Lilljebjörn, 1911) omtalas, att "vi fingo [som lärare på Karlberg] den namnkunnige P. H. Ling." "Nu infördes gymnastiken, och det blev ett nytt lif äfven i fäktkonsten." — Hss om Lings fäktmetod och fäktvapen bl. L. M. T-ns Efterl. papper.

Sid. 172. Karl Johans understöd: Berättelse af Kongl. Uppfostrings-Comitén 1813, h. 1, s. 55, s. 57. — Karl Johan o. G.C.I.:s grundläggning: min bok om Hj. Ling, 1939, s. 118. Om hans intresse för Lings gymn. och fäktn. se ock Saml. Arb., III, s. 635, noten. — Också dåv. tronföljaren Carl August, liksom senare kronprins Oskar, beaktade och gynnade Lings gymn.: a. a., III, s. 623, noten. — Ärkebiskop Lindbloms gymn. intresse: min uppsats i Fys. Fostran o. Vetenskapen, 1941, N:r 2. — Om gymn. m. "Scholæ-ungdomen" i Malmö, se Lunds Stifts o. Academie Tidning, 1812, 15 febr.: "Scholæ-ungdomens Gymnastiska öfningar, hvilka vid denna Schola först tillkomne genom Hr Fäktmästaren Lings gratis meddelade undervisning, fortsättas under Rectors inseende, och vinna framgång genom ungdomens täflan." — Om Bruzelius läroanstalt och gymn. där, se nr 26 anf. tidn., 30 dec., 1815. — Uppf. com. af 1812: Diverse skrivelser, II: "Öfversigt öfver Göteborgs Gymnasium o. de så kallade Lärda Scholorna i Götheborgs Stift". — Wingård: 1828—1830 års riksdag, Prestest. prot. 1829, 9, s. 429 f. — Om Ling i Göteb.: Gunnar Aurell: Göteb. H. o. Sjö. tidn., 17 okt., 1925 (nr 241); Sigurd Hansson i samma tidn. 21 sept., 1935, (nr 220, B). — Handl. rör. en Contubernii Inrättning i Götheb. 1809; se ock Broocmans Magasin, bd. 1, förra h., 1810, s. 197 f. — Jag har i Tidskr. i Gymn., 1902, bd 5, s. 356 f, avtr. några annonser om undervisning i gymn., fäktning och simning av Ling, ur Götheb:s Tidningar. — Se ock samma tidn., 1809, 29 aug. — I handl. fr. Götheb:s Sjömanshus Contoir, som förvaras i Sjömanshuset, har jag icke funnit något om Ling. I Götheb:s Tidningar, 1811, 11—19 juli, anmodar Ling ev. deltagare i hans undervisn. i simn. "jemte andra Gymnastiska öfningar" att anmäla sig vid "Stadens Sjömanshus Contoir". — 1811, 5 juli, upptas i nämnda tidn. bl. "Anmälte Resande": Fäktm. P. Ling o. Phil. magister A. Ljunggren fr. Lund. — 1811, 29 okt., samma tidn., bl. resande: Lieutenant Heidenstam fr. Stockholm; 16 okt. annnonserar Ling om ressällskap t. Göteborg. — Om gymn. på frimurarebarnhusgården: Tidskr. i Gymn., V, s. 231 f. Där ock en avbildning av ett "Utkast t. en Inrättn. f. Gymn. öfningar. — —." Ritn. undert. 18 23/6 13 o. m. Lings namnteckning. G. Mobergs meddelanden i samma tidskr. 1916, bd 8, h. 6, s. 331 ff. — A. A.

Afzelius om Ling o. gymn.: Afzelii Minnen, 1901, s. 111. — Om den kostnadsfria gymn. m. Afzel. elever: Prestest. prot., 1829, del 9, s. 427: Bih. t. samtl. Riksståndens prot., 1823. 8 Saml. bd 1: Allmänna Besvärs- och Ekonomi-Utskottets Betänkande, s. 422, 29 apr. 1823, där det heter: Vid flere fromma stiftelser för barnålder — — finnas gymnastiska inrättningar, och har sig utskottet bekant, att inom ett län icke mindre än 4 barnhus dermed äro försedde. — Lings arbete utan ersättn.: C. F. Dahlgren, riksdagen 1829, Prestest. prot., 1829; del 9, s. 424. — Dahlgrens anförande 1828—30, anf. prot. del 5, s. 373 ff.

Sid. 174. På ett hsblad (L. M. T-ns Efterl. papper) har Ling antecknat: Lemnat Gratis undervisning till 1. Skolorna i Lund, Malmö, Götheborg — Stockh. Storskola — Afzelii pension. 2. Frim. Barnh. och Allm. Barnh. (byggt). 3 Kadettkorpsen i 8 års tid. (byggt). 4. Lifdragoner till häst. (byggt). 5. Lägret på Bonarpshed. (byggt på egen bekostnad). 6. Do på Ladug.gärde (byggt). 7. Gymn. på Dragonkas. (byggt). 8. Jägare reglem.: skrifvit o. inöfvadt vid Institutet, på Carlberg, Bonarpshed, Ladugårdsgärde. 9. Artilleri Exerc. vid Inst. 10. Do Do på Ladug.landets gymn. (byggt). — Ling i uppf. kom. prot.: Kom. prot., 1812—25, 1 febr. 1813, 20 apr. s. å.; 18 jan. 1814, 14 mars s. å.; 30 juli s. å.; 22 apr. 1815; 31 jan. 1816, 10 febr. s. å.

Sid. 175. I Koncept I Upfostrings Comitén af 1812, sist i vol., en tr. tabellarisk översikt över läroverksförhåll. och de olika ämnenas ställn. Översikten är tr. 1815. Med gymn:s spridning hade man ej hunnit så vidare långt vid den tiden. — G. Moberg i "Hj. Ling", 1940, s. 15 ff. — Bl. uppgifter om gymn. vid läroverken har jag antecknat: Uppf. Com. Handl. Div. ink. skriv., I:skr. dater. Askersund d. 14 Junii, 1818; div. skr., II, Göteborg d. 28 Junii, 1815, Strengnäs d. 27 Januari 1818; Lund (M. Bruzelius), skr. dater. Lund d. 21 Junii, 1815, i samma skr. uppgift om Ystads Schola. — Om Lector Medicus: Uppf. Com. prot. 1812—25, prot. 25 jan. 1813, § 5 — "Välmenta erindringar": Uppf. kom. handl., 1812, Div. ink. skr., I, anon., odater.

Sid. 176. Om dansen: Uppf. kom. handl., 1812, Div. ink. skr. I, odater., nr 18, s. 29, ingående i en inlaga om 37 sidor. — Stagnelius: Consistoriernas Betänkanden om 1807 års Skol-Ordn. ("Consistorium uti Callmar"). — And. Fryxell, Om de förbättringar —, s. 6, s. 38.

Sid. 177. E. G. Geijers rec., a. a., 1813, nr 13, sp. 222.

Sid. 178. Bristen på lärarämnen för skolorna: Bih. t. samtl. Rikssst. prot., 1823, 4 Saml., 2:dra Bandet, utsk. betänk., nr 254, 27 juni, 1823, s. 1456 ff. — Ling o. barnhuset: Frimurarebarnhuset i Sthlm. Ett 150 årsminne. Av Carl Bergö, 1903, s. 46. — Registraturuppgiften är dater. 5 aug. 1813. Liknande uppgift i ett prot. från barnhusets direkt., samma datum. Uppgiften hämtad ur en avskrift bl. L. M. T-ns Efterl. papper. — C. J. L. Almqvist om gymn. som obligatorisk: Post- o. Inrik. Tidn., nr 179, 5 aug., 1836.

Sid. 179. Henning Wijkmark: Från Nya Elementarskolans Ungdomstid, 1928, s. 148. — Om Clara skola, G.C.I.:s Hist., s. 75.

Några andra, spridda uppgifter om gymn:s utbredning: I Uppsala verkade Gustaf von Heidenstam. I Stockholms Posten, 1815 (nr 154), 7 juli, en beskrivn. på en gymn. uppvisn. i Uppsala. I uppvisn. ingick, utom gymn., fäktning på sabel och värja samt voltigering. — I Ridd. o. Ad:s prot., 1834, 8, s. 10, omtalas, att växelundervisningssällskapet av staten fått tillåtelse att begagna byggnaderna å Mariæ f. d. bränneri på Södermalm och där inrett bl. a. "gymnastiksal för gossarna." — Fr. 1825 en

uppgift om Ling, som kommit till Ramlösa "för att arrangera en woltiger-anstallt f. Brunnsgäster". (K. B. Res. Sv. M. 177. C. F. Fallén. — Benägen påpekan av överbibliotekarien G. Carlqvist.) — Om Hillska skolan: Harald Ericsson, 1885, Hillska Skolan o. Barnängen, 1830—1846. Bl. lärare där i gymn. Branting, 1831—34; om fäktn.-övn. och friluftsövn. s. 134, s. 127, s. 147.

Ang. sv. gymn:s tidigare spridning i utlandet, bl. a.: Illustrierte Zeitung, 16. Band, Leipzig, 1851, 24 maj 1851; 17 Band, 1851, 6 sept. 1851. — Hugo Rothstein, Athenæum f. rat. Gymn. — Agardh-Ljungberg, Statistik öfver Sverige, IV (1863), s. 430, noten.

LITTERATUR OCH OTRYCKTA KÄLLOR.

Abramson, E. — Holmberg, O. — Key-Åberg, Ruth — Möller, O., Lärobok i gymnastik, I, 1932.

Abramson, E., P. H. Ling — ett 100-årsminne, i Hygiea (Nordisk Medicin), 1939.

Acta Acad. Lundensis, VII, VIII.

Afzelius, A. A., Minnen, 1901.

Agardh, C. A., — Bruzelius, M., Pestalozzis Elementarböcker. Öfversättning, 1812.

Alm, J., Eldhandvapen, 1933, 1934.

Amoros, Fr., Nouveau manuel complet d'éducation physique, gymnastique et morale, I—II & Atlas, 1847—1848.

Andrée, A., Helso-Lära, 1842.

Arméens, Svenska arméens anciennitets-, tour- och rangrulla 1828—1851.

Atheneum für rationelle Gymnastik, 1853—1858.

Aurell, G., Gymnastiska rörelser hvaruti den Studerande Götheborgska Ungdom öfvat sig, i Tidskrift i Gymnastik 1926.

Aurell — Clemensson, G., Förteckning öfver Rörelserna vid Contubernium i Götheborg under Kongl. Academie Fäcktmästaren Lings anförande 1809—1810, i Gymnastikfrämjandets Årsbok, 1939.

Balfour, W., Illustrations of the Power of Percussion and Compression, 1819.

Barsekow, M., Ein Aufsatz Lings aus dem Jahre 1808, i Die Leibesübungen, 20. Dez. 1932.

Beintker, E., Die Werke des Galenos übersetzt, 1939.

Bergö, C., Frimurarebarnhuset i Stockholm. Ett 150-årsminne, 1903.

Berättelse af Kongl. Uppfostrings-Comittén, 1813.

Betänkande af Comitén till öfverseende af Rikets Allmänna Undervisningsverk afgifvet den 20 December 1828 (tr. 1829).

Bichat, M. F. X., Recherches physiologiques sur la vie et la mort, 1800, 1859.

Bjarnason, B., Nordboernes legemlige Uddannelse. Diss. Khvn, 1905.

Bjelfvenstam, E., Sverige och Pestalozzi, särtr. ur Verdandi, tidskrift för ungdomens målsmän och vänner, 1927.

Branting, L. G., Efterlemnade Handskrifter (ed. Hj. Ling), 1882.

Broocman, C. U., Magazin för Föräldrar och Lärare, 1810—1812.
— Berättelse om Tysklands undervisningsverk, 1807—1808.
Büchmann, G., Geflügelte Worte, 1937.
Böttiger, J., Bengt Erland Fogelberg, ak. avh., 1880.

Centralinstitutet, Gymnastiska Centralinstitutets Historia 1813—1913, utgiven av dess lärarekollegium, 1913.
Clemensson, G., — *Aurell, G.*, Förtekning öfver Gymnastiska Rörelserna vid Contubernium i Götheborg, i Gymnastikfrämjandets årsbok, 1939.
Clias (Phokion Heinrich Käsli), An Elementary Course of Gymnastic Exercises, 1825.
— Anfangsgründe der Gymnastik oder Turnkunst, 1816.
— Callisthénie, ou Exercices pour favoriser le développement de la beauté et de la force chez les jeunes filles, 1829.

Dahlgren, C. F., Allmänna Gymnastik reglor, särtr. ur Sv. Gymnastiken i In- och Utlandet, n:r 6, 1937.
Dalgren, L. E., Ernst Moritz Arndt och Sverige, 1920.
Dally, N., Cinésiologie, 1857.
Dalström, G. J. af, Berättelse om Vapenöfningarne, under H. K. H. Kronprinsens höga befäl, vid lägret å Ladugårdsgärdet, Sommaren 1832, tr. 1833.
Dissertationer, Lund, præses A. O. Lindfors.
„ „ „ Pehr Gustaf Cederschiöld.
„ „ „ prof. doct. Rosenschiöld (De Sanitate Militum & Nauticorum tuenda, Resp. C. J. Dellwik, 1816).

Ekstrand, S., Karlberg 1792—1836, 1937.
Engelstoft, L., Om den Indflydelse Opdragelsen, især den offentlige, kan have paa at indplante Kiærlighed til Fædrelandet, 1802.
— i Skandinavisk Museum, 1802, h. 1, Om den Priis Oldtidens Skandinaver satte paa Legemsøvelser.
Ericsson, H., Hillska skolan, 1885.
Ericsson, Ingeborg — *Elliot, Rut* — *Hinricsson, H.*, Handbok i Rörelseterapi, 1939.
Estradère, J., Du Massage, son historique, ses manipulations, ses effets physiologiques et thérapeutiques, 1863.
Eulenburg, M. M., Die schwedische Heilgymnastik, 1853.
— Mitteilungen aus dem Gebiete der schwedischen Heilgymnastik, 1854.
Exercisreglemente 1823.
Exercisreglemente, 1915, 1927.

Fichte, J. G., Reden an die deutsche Nation, ed. Theodor Vogt, 2. Aufl. 1896.

Frank, J. P., System einer vollständigen medizinischen Polizey, 1791—1793.
Fremling, M., Föreläsningar i pedagogik och didaktik, ed. N. G. V. Lagerstedt, i Pedagogiska Skrifter (Sv. allm. folkskollärarefören. litt. sällskap), h 4, 1920.
Frostell, G., Metodiska kroppsövningar, 1933.
Fryxell, A., Om de förbättringar våra allmänna Läroverk synas för det närvarande kunna emottaga, 1812.
Fäktning, Om Fäktning till häst, Utdrag af Krigsmanna-Sällskapets Handlingar, 1805.
Galenus, Oeuvres anatomiques, physiologiques et médicales — par Ch. Daremberg, I—II, 1854—1856.
Georgii, C. A., Om nationaluppfostran, 1869.
— Kinetic Jottings, 1880.
— Kinésithéraphie, 1847.
Guts Muths, J. Chr. Fr., Gymnastik für die Jugend, 1793 (nytryck 1893, ed. Lukas, Gustav) och 1804.
— Turnbuch für die Söhne des Vaterlandes, 1817.
Gymnastikfrämjandets årsbok, 1939.
Gymnastikföreningen, Svenska Gymnastikföreningens tidskrift, 1866.
Gymnastik-instruktion för armén och marinen, 1925.
Götheborgs Tidningar, 1807, 1809, 1811.
Götlind, J., Gamla nordiska idrottslekar (Studentföreningen Verdandis småskrifter, n:r 366, 1934).

Hall, R., Aktstycken till svenska undervisningsväsendets historia, 1912.
Handbuch der Geschichte der Medizin, *Puschmann, Th. — Neuburger, M. — Pagel, J.*
Handlingar rörande en Contubernii-Inrättning för Medellösa studerande i Götheborg, 1809.
Hansson, Sigurd, P. H. Ling som göteborgsgymnastikens grundläggare, i Göteborgs Handels- och Sjöfartstidning, 1935, nr 220.
Hazelius, J. A., Föreläsningar öfver Krigskonsten, Första delen, 1839.
Heikel, V., Gymnastikens Historia, I, 1905.
Hellsten, N. E., Fäktinstruktion, 1933, På uppdrag af Chefen för Kungl. Försvarsdepartementet utarbetad.
Hirn, A., Die Leibeserziehung bei Pestalozzi, 1941.
Hjelmqvist, B., Ärkebiskop Lindblom och gymnastiken, i Östergötlands Dagblad, 23 Dec. 1921.
Hygiæa, 1849.

Infanterireglemente, 1941.

Jahn—Eiselen, Die deutsche Turnkunst, ed. Rühl, 1905 (Reclams Universalbibliothek 4713, 4714).

Jahn, Fr. L., Deutsche Turnkunst, zum zweiten Male und sehr vermehrt herausgegeben, 1847.

— Deutsches Volksthum, 1810.

Jahrbücher der Medizin als Wissenschaft, herausg. von F. W. J. v. Schelling und Adelb. Fr. Marcus, 1806—1808.

Karolinska mediko-kirurgiska institutets Historia utg. av Institutets lärarekollegium, 1910.

Kleen, E. A. G., Handbok i Massage, 1894, 1923.

Knudsen, K. A., Gymnastikkens Udvikling i Danmark (särtr. ur "Fri Ungdom", u. tr.-år; med bläck å arbetets sista sida: Dec. 1943).

Koch, C. F., Die Gymnastik aus dem Gesichtspunkte der Diætetik und Psychologie, 1830.

Krigsvetenskapsakademiens Handlingar, 1830—1840.

Kölmark, P., Tankar om Allmänna Upfostrans Verkan på Samhällen, 1793.

— Utkast till allmänna upfostrans förbättring, 1794.

Larsen, J., Gymnastikundervisningen i Danmark paa Nachtegalls tid, i Vor Ungdom, 1895.

Lefrén, J. P., Föreläsningar i Krigsvetenskapen vid Kongl. Ingeniör-Corpsen, 1—3, 1817, 1818.

Leijonhufvud, S. A., Minnesanteckningar, 1919.

Liedbeck, P. J., Om folkmedicin, 1858.

Lilius, A., Pestalozzi. Hans liv och gärning, 1929.

Lilljebjörn, Knut och *Henrik*, Hågkomster, utg. av E. G. Lilljebjörn, 1911.

Lindhard, J., Guts Muths—Nachtegall—Ling, i Akademisk Gymnastik, 4 och 5, 1918, 1919.

— Ling—Amoros' fyrdelning av gymnastiken, i Tidskrift for Legemsøvelser, 3, 1941.

— Den specielle Gymnastikteori, 1926.

Ling, Henrika, Självbiografiska anteckningar, 1936 (särtr. ur Svenska Gymnastiken i In- och Utlandet).

Ling, Hj., Om pedagogiska föreningens discussion öfver skol-gymnastiken. 1856—1863.

— Rörelselära, 1866.

Ling, P. H., Anmälan (ang. en lärobok), 1808.

— Eddornas Sinnebildslära, 1819. Å sista sidan: 1820.

— Gymnastikens allmänna grunder, 1834.

— Inträdestal i Svenska akademien, särtr., 1836.

— Några ord om gymnastik, i Iduna 1814, h. 5.

— Reglemente för bajonettfäktning, 1836.

— Reglemente för gymnastik, 1836, 1853 (avtr. i Svenska Gymnastiken i In- och Utlandet, årg. 2—4, 1906—1908).

Ling, P. H., Samlade Arbeten, 1866.
— Swar på de frågor —, i Journalen, no 29, no 30, 1826.
Lingiaden, kongressen, 1939.
Literatur-Tidning, Swensk, 1813.
Londe, Ch., Gymnastique médicale, 1821.
Lunds Allehanda, 1813.
Lunds Stifts och Academie Tidning, 1812, 1815.
Lunds Weckoskrift Nytt och Gammalt, 1803.
Löwenhielm, C. G., Ungdomens Upfostran, i Presidietal i Vetenskaps Akademien, vol. V.

Malling, O., Store og gode Handlinger af Danske, 1810.
Massmann, H. F., P. H. Lings Schriften über Leibesübungen. Aus dem Schwedischen übersetzt, 1847.
Medicorum græcorum opera, cur. C. G. Kühn, vol. VI, 1823 (Galenus).
Mehl, E., Grundriss des deutschen Turnens, 1930.
— mot Lings förmenta plagiat från Kina, i Deutsche Turnzeitung, 1920, Nr 6.
Mémoires concernant l'histoire, les sciences — — des Chinois, 1779 (Notice du Cong-fou des Bonzes Tao-sée).
Mester, L., Die Körpererziehung an den Universitäten (Göttinger Studien zur Pædagogik), 1931.
Moberg, G., Svenska gymnastikens märkesmän, 1920.
— Hjalmar Ling, 1940.
Molbech, Chr., Breve fra Sverrig i Aaret 1812, 1—3, 1814—1817.
Munck af Rosenschöld, E. Z., om Pestalozzi, i Lunds Weckoskrift Nytt och Gammalt, nr 34, 1803, Bihang.
Möller, B., P. H. Lings bibliografi, i Lunds universitets årsskrift. N. F. Afd. I, Bd 9. Nr 6, 1913.
Mörner, H. W., Några glada och sorgliga Minnen af en lång lefnad. 1848.

Nachmanson, E., Bidrag till kännedomen om Pehr Gustaf Cederschjölds liv och verksamhet, 1927.
Nachtegall, Fr., Gymnastikkens Fremgang i Danmark, 1831.
— Lærebog i Gymnastik for Almue og Borger-skolerne, 1828.
— Lærebog i Gymnastik til Brug for de lærde Skoler, 1834.
Natorp, P., Condorcet's Ideen zur Nationalerziehung, i Monatsheft der Comenius-Gesellschaft, Dritter Band, 1894.
Nebel, H., Bewegungskuren mittelst schwedischer Heilgymnastik und Massage, 1889.
— mot Lings förmenta plagiat från Kina, i Archiv f. klinische Chirurgie, XLIV, 1892.

Niemeyer, A. H., Grundsätze der Erziehung und des Unterrichts, 1818—1819.
— Grundsætninger for Opdragelse og Underviisning, 1800. F. H. Guldbergs övers.
— Leitfaden der Pädagogik und Didaktik, 1802.
— Ueber Oeffentliche Schulen und Erziehungsanstalten, 1799.
Norlander, C. H., Ling i Lund — Gymnasiarken —, i Lunds univ:s årsskrift. N. F., Afd. 1, Bd 9, Nr 6, 1913.
Nyblæus, A., Den filosofiska forskningen i Sverige, I:2, 1875.

Ohlson, N. G., Det pedagogiska problemet i Sverige under frihetstiden och gustavianska tiden, 1939.
Oribasius, (Collection des médecins grecs) ed. Bussemaker et Daremberg, 1851—1873.
Oxenstierna, E. G., Karlberg eller Cadetten för nära 30 år sedan, 1843.

Pestalozzi, J. H., Elementar-böcker. Öfversättning af C. A. Agardh och M. Bruzelius, 1812.
— Sämmtliche Werke, ed. Seyffarth, 1899—1902.
Post och Inrikes tidningar, 1836 (N:o 179, 5 aug., en art. av C. J. L. Almqvist).
Protokoll, Preste-borgar-adelst.protok. 1810, 4:de bandet.
— Prestest.protok., 1828—1830 års riksdag, 5, 9, 1829.
— Bihang till samtelige Riks-Ståndens Protokoll, 1812, (k. m:ts proposition 1812).
— Bihang till samtelige Riks-Ståndens Protokoll, 4 Saml., 2, 1823.
— 8 Saml., 1, 1823.
Prytz, Signe, P. H. Ling og hans gymnastikpædagogiske Indsats, 1941.

Rancken, D., om Branting i Helsingin Yliopiston 1834—1934. Gymnastikinrättningens vid Helsingfors universitet Festpublikation 1934.
Rangrulla öfver befälet vid svenska krigsmakten till land år 1822, 1825.
Reglementet för fältjägare, 1811.
Reglemente för lätt infanterie och Jägare, 1791.
Rein, W., Encyclopädisches Handbuch der Pädagogik, zweite Aufl., 9. Band, 1909.
Revue encyclopédique (forts. av Magazin encyclopédique), 1820—1830.
Rockstroh, K. Chr., Udviklingen af den nationale Hær i Danmark i det 17. og 18. Aarhundrade, 1—3, 1909—1926.
Rothstein, Hg., Die Gymnastik nach dem Systeme des schwedischen Gymnasiarchen P. H. Ling, 1848—1859.
Ræder, H., Gymnastik og Gymnastiktheorie hos Grækerne, i Akademisk Gymnastik (Nyt Nordisk Forlag), 1918.

Santesson, A. B., Handbok i pädagogisk gymnastik, 1856.
— Skolgymnastik för Rikets Elementarläroverk, 1866.
Schönberg, A., (d. y.), Utkast om det allmänna upfostringsverket —, 1770.
Selmnitz, E. v., Die Bajonettfechtkunst, 1825.
Silfverstolpe, G. A., Memorial 1809, i Protocoller Ridderskapet och Adeln, 1809.
— Pedagogiska Handlingar, 1813.
Sjöfors, O. Th., Kanslersgillet och 1807 års skolordning, 1919.
Sondén, C. U., rec. över Gymnastikens allmänna grunder, i Hygiæa, 2dra bandet, 1849.
— Tankar öfver praktisk medicin, ibid.
Sprinchorn, C. K. S., Pedagogiska utskottet vid Lunds universitet, 1804—1819, 1899 (även i läroverksprogram Lund 1899).
Stockholms Posten, 1815.
Strömborg, N., Gymnastiklära, 1857.
Ställningar och Förhållanden, 1864 (Ling—Retzius).
Suell, G., Prospekt till en vexel- undervisnings-skola, 1823.

"Tertius interveniens" (= Torén, Knut, fil. dr., gymnastiklärare), Anmärkningar med anledning af herr Lektor Sondéns i högvördiga prestetståndet väckta motion angående Gymnastiska Central institutet, 1857.
Texte, Kleine pädagogische Texte, Heft 7, utan tryckår, om Pestalozzi—Niederers "elementargymnastik").
Textorius, A. B., Kort anvisning för enskilda uppfostrare och ungdomslärare —, 1807.
Thulstrup, M., om J. P. Lefrén, i Lefnadsteckningar öfver kgl. svenska Vetenskapsakademiens ledamöter, bd I: 36.
Tidskrift i Gymnastik, 1874—1945.
Tingsten, L., Gustaf Wilhelm af Tibell, 1924. (Militärlitt. fören.)
Tissot, C.-J., Gymnastique médicinale et chirurgicale, 1780 (svensk översättning 1797).
Törngren, L. M., Lärobok i gymnastik, 1907 (andra upplagan).

Undervisningskommittens, Stora undervisningskommitténs betänkande, 1828.
Uppfostrings-Comiténs Förslag till Reglering af Stockholms Elementarläroverk, 1819.
Utdrag af protokollet, hållit i den af Kongl. Maj:t förordnade comité, 1821, 1822.

Vegesack, E. von, Biografiska Anteckningar öfver Kadetter vid Carlberg, 1845.
Vieth, G. U. A., Encyclopædie der Leibesübungen, 1—3, 1818.

Walch, J. G., Philosophisches Lexicon, Th. 1—2, 2te vermehrte und verbesserte Aufl., 1733.
Wennerström, Th., Kungl. Krigsakademien och kungl. krigsskolan åren 1792—1935. 1936.
Werlauff, E., Bidrag til P. H. Lings Biographie, särtr. 1848 ur Frey.
Westerblad, C. A., Ling, Tidshistoriska undersökningar, I, 1913.
— Vår gymnastiska tradition, i Svenska Gymnastiken i In- och Utlandet, 1934.
— Lingska aktstycken, ibid. 1935. Ibid. 1937 C. F. Dahlgrens hs.
— Ärkebiskop Lindblom, P. H. Ling och gymnastikens införande i Sverige, i Fysisk Fostran och Vetenskapen, 1941. (Även i Tidskrift i Gymnastik, 1943).
— Ling och Pestalozzi, i Fysisk Fostran och Vetenskapen 1943 och 1944.
— Ling och sjukgymnastiken, i Svensk Gymnastik 1944, no 2.
— Ling och sjukgymnastiken, i Svensk Gymnastik 1944, no 3, 4.
— Gustaf von Heidenstam om P. H. Ling, i Svensk Litteraturtidskrift, 1939.
— Hjalmar Ling. Hans levnad och hans betydelse, 1939.
Wiberg, A., Gymnastikbestämmelsen i 1807 års skolordning, i Tidskrift i Gymnastik, 1943.
— Gymnastiksträvanden i 1790-talets Sverige, särtr. ur Skola och Samhälle, 1943.
— Johan Murbergs kroppsövningsprogram och Anders Johan v. Höpken i Pedagogisk Tidskrift, 1943.
Wijkmark, H., Från Nya Elementarskolans Ungdomstid, 1928.
Wrangel, E. — *Holmberg, O.* — *Carlsson, I.*, Anders Otto Lindfors, en pionjär för kroppskulturen i Sverige, 1934.
Wåhlin, O. C., (anon.), Om Svenska National-scholor, 1809.

Zanders, L. A., Populära föreläsningar i gymnastik (= Tidskrift för svensk gymnastik, I, 1867).

Åkerstein, N. H. J., En krigares ungdomsminnen. Blad ur Nils Harald Joachim Åkersteins Dagbok 1812—1814. Samlade och kompletterade av Harald Åkerstein, 1933.

Otryckta källor:

Lunds Universitetsbibliotek: Consistorii Majoris protokoll, renoverade protokoll och konceptprotokoll, manualhandlingar — samtliga från tiden för Lings vistelse där (1804—1813). Vidare: Inventeringsprotokoll och inventarieförteckningar öfver universitetets institutioner m. m. (Allm.) 1764—1846. 1807 Års Hufvudbok. — Uppfostringsutskottets

(pedagogiska utskottets) protokoll och handlingar 1803—1819. — Handskrifter, Samlingar, Kamp.

Riksarkivet: Uppfostringskommitténs protokoll 1812—1825. — Koncept Uppfostringskommittén av 1812. — Uppfostringskommitténs (av 1812) handlingar, Diverse inkomna skrivelser I, II. — Uppfostringskommittén av 1812. Strödda handlingar. — Konsistoriernas betänkanden om 1807 års skolordning. — Kanslärsgillets handl., vol. 16 — Kungl. biblioteket: Res. Sv. M. 177. C. F. Fallén. —

Uppsala Universitets acta (Berchs register): Om Gustaf von Heidenstam. — Inga upplysningar om Ling ha påträffats i Krigsarkivets Undervisningsjournal 1823—1860 från Marieberg, icke heller i handlingar (från Lings tid) tillhörande Göteborgs Sjömanshus Contoir (Göteborgs Sjömanshus). — En fullständig förteckning över de gymnastiska hss kräver en uppsats för sig, och jag får här nöja mig med att nämna, att i Gymnastiska Centralinstitutets arkiv finnas bl. a. Heidenstams och Hellströms hss m. fl. angående rörelseförrådet. Bland L. M. Törngrens Efterlämnade papper finner man hss om fäktning, om andra grenar av Lings gymnastik, åtskilligt berörande G.C.I., delar av manuskripten till Gymnastikens allmänna grunder, O. Petersens brev om P. H. Lings terminologi (Kristiania 28/5 74), biographica av P. J. Liedbeck m. m., såsom om "jägarna". De ovan omordade medikalgymnastiska och estetiska hss ingå bl. L. M. Törngrens Efterl. papper.

PERSONREGISTER.

[1] Biographisches Lexikon hervorragender Ärzte uppger förnamnen Jacques D. (Delpech), La grande Encyclopédie Jacques-Mathieu (Delpech).

INNEHÅLL.

MALMÖ 1946
NYA LITOGRAFEN
3421

Å följande sidor har jag återgivit handskrifter, som synas mig belysande för P. H. Lings friskgymnastik. Även från hans fäktning (militärgymnastik) ha vi åtskilliga minnen i de handskrifter, som beröra denna. De äro emellertid dels så pass speciella, dels så pass många, att jag här, av dessa skäl, avstår från att publicera dem. De här återgivna handskrifterna, särskilt den hellströmska, äro tillräckliga för att ge en föreställning om P. H. Lings rörelseförråd och dettas särställning i förhållande till det övriga europeiska. De understryka också det faktum, att det är på hans rörelseförråd, som vi byggt vidare, främst genom Hjalmar Ling. Förbiser man detta, får varken P. H. Ling eller Hjalmar Ling den plats, som tillkommer dem ur gymnastisk synpunkt. Under tidens lopp har naturligt nog både uteslutningar och tillsatser av övningar skett inom vår pedagogiska gymnastik.

Det äldsta skriftliga gymnastiska minnesmärket efter P. H. Ling, 1
som vi äga, utgör en inlaga från maj 1805 till akademiska konsistoriet i Lund. C. Norlander, har avtryckt den i sin skrift om Ling i Lund, 1913, s. 23, f. Lunds universitets årsskrift (N. F. Afd. I. Bd 9. nr 6). Jag återger här inlagan efter originalets ortografi bland konceptprotokollen, den 11 maj, 1805, L. U. B:s handlingar. — I C. Norlanders framställning av Lings gymnastik i Lund (a. a.) förekomma några misstag. "Trädstången" bör icke sammanställas med "Balanger Planka att hänga under Taket" och med "Balansebrädan, med sina jernbycklar". "Trädstången" var en änterstång, såsom framgår av inventarieförteckningen, avtryckt i a. a., s. 34: "Stång med fot att stå uti, som nyttjas att klättra upp och ned åt". Det är den, som ock kallas "Voltesierestång". I en inventarieförteckning från 1822 upptas "2ne Änterstängor af Salens högd, med häftkrampar i taket". "Balanger Plankan att hänga under taket" liknade säkerligen "vågplankan" (se uppsalaplanen). "Vågplankan" hade en viss likhet med hävplankan ock kanhända tjänstgjorde den ock som sådan. Ling själv talar icke om någon "Balanger Planka", men om "2ne Ballancerbräder". Ett av dessa var "Balanger Plankan", enligt min uppfattning. Det andra balansbrädet med fötter användes till vad Guts Muths kallar "das Balancieren auf der Kante eines Brettes" (Gymn. für die Jugend, 1793, nytryck, 1893, s. 156 f.) — "Jernhakarna på knutlinan voro väl till för att linan skulle kunna tjänstgöra vid slagäntring (jfr Georgii, Nationaluppfostran, s. 32, noten, om lodlina). — Inventarieförteckningens uppgifter 1822 (Lunds univ. arkiv, Räntekammaren och kontoret, Ser. E. VI a. Inventerings prot. o. inventeringsförteckningar) äro icke tydliga beträffande vad som funnits på Lings tid och

vad som senare tillkommit. Av ordalydelsen i § 4 skulle man tro, att änterlinor, änterstång, hävplanka, uppståndare (språngställ), balansbräde (balansribba) "tillkommit" under Lings efterträdare, Schartau. Dylika redskap funnos under Lings tid i Lund. "Tillkommit" *kan* betyda, att vissa redskap blivit ersatta med nya. — I mitt arbete om Hj. Ling, s. 171, lämnas några uppgifter, som tarva rättelse, efter den ytterligare undersökning, som jag gjort. Meddelandena om följande redskaps användning böra särskilt utgå: trästången m. jernböglar, knutlinan, slätlinan, "Voltesiere-Stång" (klätterstång). Balanger Stegan kan knappast ha med springstolpen att göra utan utgjorde en "dubbel hängstiga", som Ling begär i sin inlaga, maj 1805. — Handskriften lyder:

"Magnifice Herr Rector
så ock
Amplissimum Consistorium Academicum!

Öfvertygad, att Eders Magnificens samt Ampliss: Consistorium Academ: inser den nytta, som den studerande Ungdomen kunde vinna, om de Gymnastiska Öfningarna understöddes af en bättre inrättning, i öfverensstämmelse med hvad de äro i andra länder, vågar jag ödmjukast dertill föreslå följande förnödenheter:

1 *En mindre Voltigerhäst,* till de yngres tjenst.

2 *Den gamla Voltigerhästen* reparerad och klädd på fötterna.

3 *2ne Voltigerdynor* med remmar och spännen i hörnen, efter Voltigerhästarnes olika storlek.

4 *8 Stycken större och mindre Madrasser* af buldan, stoppade med hö, till bruk dels vid voltigeringen på hästarne, dels vid de första kroppsrörelserna på golfvet.

5 *2ne Ballancerbräder,* det ena med fötter, det andra med jernhakar, 4 à 5 al. långa.

6 *2ne Uppståndare af träd,* 3 al: höga, med fötter samt knaggar och hål uti, att nyttjas vid hoppning.

7 *En Trädstång,* 2 1/2 tum i diameter, 6/4 al: lång, med jernböglar vid ändarna.

8. *En dubbel Hängstiga* af träd med jernhakar på öfre ändan, samt behöriga ringar.

9 *En Knut=lina,* 1 1/2 à 2 tum i diameter, 6 3/4 al: lång med jernhakar på ändarna.

10 *En Slät=lina,* af samma tjocklek och längder.

11 *2ne Fallselar* af wäf, med tåg uti.

12 *En Spottlåda* och en *Kritlåda,* båda för att förekomma de olyckor, som kunde ske vid halkning, jemte snygghetens befordrande.

Tillika får jag äfven ödmjukast anhålla att det *på fäcktsalen stående bord* måtte blifva bårttagit, då det är af ingen nytta; utan blott hindrar öfningarna och vanpryder rummet; som ock att det der varande *klädräcket* måtte blifva repareradt, samt ett nytt *florett=räck* anbragdt i skåpet, då det ena intet är tillräckligt för det antal elever, som jag för närvarande har.

Jag vågar hoppas, att Eders Magnificens och Ampliss. Consistorium Academicum intet tvifla på mitt nit att gagna de Studerande i den lilla krets, der jag blifvit inlåten, så snart jag eger någorlunda medel till att uppfylla denna pligt, och under ödmjukaste afbidan på Eders Magnificences och Amplissimi Consistorii Academici yttrande öfver detta förslag, har jag den äran att med djupaste vördnad framhärda

Magnifici Herr Rectors
så ock
Amplissimi Consistorii Academici
ödmjukaste tjenare

Lund den 4 Maji 1805."

Peter Henr. Ling.

Näst efter inlagan, 1805, kommer kronologiskt bland Lings skriftliga kvarlåtenskap följande handskrift (Original bland L. M. Törngrens Efterl. papper): Första Afhandlingen. Allmän Gymnastik. 2

Handskriften omfattar ett ark; alla fyra sidorna äro fyllda med text. Några överstrykningar, delvis så gott som oläsliga, förekomma. Handskriften är oavslutad och får sitt intresse genom sambandet med Lings subskriptionsförslag från 1808 å ett arbete, som aldrig utkom (se kap. om pedagogiken i Lund). Sambandet framgår av subskriptionsförslagets uppgift om den tillämnade lärobokens innehåll: "3:ne små afhandlingar", varav den första behandlade allmän gymnastik (de andra voltigering och simning; dessutom följde ett kort bihang om "gymnastiska lekar"). Subskriptionsförslaget, som också är ett prov på Lings tidiga gymnastiska författarskap och som jag återfunnit bland L. M. Törngrens Efterlämnade papper, omtalar, att rikets ärkebiskop (Lindblom) framburit gymnastikens sak inför konungen — och 1807 års skolordning utkom med dess gymnastikbestämmelse. "En lärobok i Gymnastiken bör således ej vara överflödig. Undertecknad har författat en sådan —." "Den kommer att innehålla dubbelt så många öfningar som Guts Muths Lärobok —." "Altsammans är redan färdigt att tryckas och plancherne dertill äro under arbete" — "Lund den 20 September 1808. P. Hinrik Ling, Academi-Fäktmästare."

Hs:s indelning av gymnastiken i dels pedagogisk, dels militärisk går igen i Förslaget 1820, så tillvida, att i dess första avdelning talas om krigisk och medborgerlig (militärisk och civil) gymnastik. Se Saml. Arb., III, s. 640. Längre fram i samma förslag, mom. 17 (a. a., s. 645) omtalas "medborgelig", "militär", "medical" och "ästetisk gymnastik" — samma indelning som i Gymnastikens allmänna grunder, med undantag av att den medborgeliga där kallas pedagogisk. Med avseende på kroppsövningarnas trefaldighet, varom Ling talar ("Vighets-, Kraft- och Smidighetsrörelser") kan det förtjäna påpekas, att också Guts Muths talar om smidighetsrörelser (Gymn. für die Jugend, 1804, s. 458, Uebungen der Gelenkigkeit und Geschmeidigkeit). Nachtegall har Behændigheds-Øvelser i sitt förråd. — Uttrycket (den gymnastiska) "policen", d. v. s. vad till ordning hörer, erinrar om författare före Ling, såsom G. U. A. Vieth och Joh. Peter Frank (System einer vollständigen medicinischen Polizey). — En erinran om Guts Muths finns i ett annat dokument från ifrågavarande tid: Lings anonyma uppsats i Lunds Weckoskrift, 13 januari, 1808, "Om mensko-kroppens härdande", vars ord om "den arm, som under Chirurgens hand hwilade länge uti binda, blifwer förswagad och kraftlös, men under Fäcktmästarens öfning kan den winna styrka och kraft", erinra om Guts Muths (Gymn. für die Jugend, 1793, nytryck 1893, s. 30): Selbst der Arm des stärksten Mannes würde kraftlos und steif werden, liessen wir ihn denselben Jahre lang im Armbande tragen.

Om rörelseförrådet säger oss hs. just ingenting, undantagandes omnämnandet av elementarrörelserna, liksom i göteborgsförteckningen 1809—1810. Sådana funnos hos Guts Muths. Hs tillhör ett tidigt skede. Den lyder:

FÖRSTA AFHANDLINGEN.

Allmän gymnastik.

Inledning. a)

Gymnastiken är tvefaldig: *pedagogisk* och *militärisk*. b) Den förra verkar endast genom *kroppsliga* ansträngningar; den *sednare* (såsom fäktningen) yttrar sig genom *själens och kroppens* ovilkorliga sammanverkning. Den ena lär oss att använda wår fysiska kraft endast *för oss sjelfva*; den andra lär oss att anwända den *emot ett yttre väsen.*

Med allmän Gymnastik förstå wi här den *egentligen pedagogiska*.. Den är i sitt hela *lika användbar för alla*: för barnet, för ynglingen; för den lytte, för den sunde. Dess ändamål är att *stärka*[1] *och bilda kroppen* medelst *behagliga* rörelser c) Men det är ej nog att dessa gifwa vår kropp ett yttre behag; att de gifwa oss *mod och förmåga*[2] *att oftast undvika kroppsliga faror;* de böra äfven bidraga till *Sinnets Lätthet.*

För att uppfylla nämde fordringar måste dessa rörelser vara *mångfalldiga och afvexlande* d). Derigenom blifwer än den ena, än den andra muskeln af vår kropp satt i verksamhet, och såleds en sann *jemnvigt* ernådd uti denna kropp, genom musklernas proportionerade styrka. Derigenom vinner äfven Sinnet en *behaglig förströelse*, e) och detta likväl intet på kroppens bekostnad, som uti andra njutningar. Men dessa ansträngningar *böra ej wara länge*, på det intet den aktiva delen af kroppen må försvagas i stället för stärkas. Samma, och äfven vådligare följder, äro att befara, om öfningarne *gå utom den gräns*, deras ändamål utstakar, och hvilken hvarje ynglings *individuella kropps förmåga synes förutsätta.*

a) Författaren anhåller att enhvar *Lärare* wille göra sig noga bekant med denna korta utsikt öfver det Gymnastiska.

Dansen kan ej räknas till Gymnastiken. Den blott *bildar*, den stärker[3] intet kroppen, ty dess ansträngningar *inskränkas* till wissa delar deraf. Dess rörelser stå under *modets eller nyckens* lagar; de *ändras* och *ändras* hvarje år; de antaga *ingen regel*, således kunna de intet eller bringas till ett system. — Ännu mindre bör *konstgymnastiken*, (fordom den *Athletiska)* räknas hit. Den är hos oss, liksom hos Greker och Rommare utan aktning, och i sig sjelf utan ändamål. Den åsyftar alldrig det nyttiga, blott det förunderliga, och är såleds lika bristfällig, som öfverdrifven i utöfningen. Likväl hafva vi kanhända dessa eqvilibrister att tacka för det den pedagogiska Gymnastiken intet alldeles försvunnit i vårt *förfinade* tidehvarf; då vi sett hvad andra *kunna* göra, hafva vi ändtligen erinrat hvad vi sjelfva *borde* göra.

c) Att krypa, tumla, gå på händer och fötter, äro rörelser som ej tillhöra gymnastiken; ty den åsyftar en ansträngning och en utvikling som redan är öfver djurets första naturliga förmåga.

d) Se här skälet hvarföre jag utvidgat dessa öfningar, vida öfver andra Lärares hittills antagne sätt.

e) Bekymret, melankolien, passionen, med ett ord, enhvar sinnes-

---

[1] hs *starka*
[2] hs *formåga.*
[3] hs *starker*

rörelse följer mig, om jag går, åker, rider. Den gymnastiska rörelsen allena bortjagar alla dessa plågo andar i ett enda ögonblick.

Gymnastikens första budord lyder så: *Lär dig att blifva herre öfver din kropp, annars blifver han din.* Men man vänte ej att alla kunna *lika* uppfylla denna fordran; och man vänte ej att någon kan uppfylla den lika *i allt.* Våra kroppsrörelser kunna anses trefalldiga: *Vighets-Kraft-* och *Smidighetsrörelser.* Våra muskler yttra vid de första den *högsta grad* af Spänstighet, vid de sednare åter, den högsta grad af *Icke-spänstighet* f). Kraft-rörelserna äro ett *mellanstånd* af dessa 2ne ytterligheter, ty blott en wiss del af kroppen är fullkomligt aktiv dervid. Åt ingen har naturen unnat förmågan af *alla tre,* i lika grad.

Nu något om den gymnastiska policen.[1] Ungdomens klädsel under öfningarne, bör vara *ledig.* Ju lättare ju bättre. Likväl gagnar äfven att växelvis vänja sig vid en besvärligare klädsel, blott *bröstet hålles fritt.* Detta, såväl som *midjan bör alldrig tryckas* vid öfningarne. Läraren gifve noga akt härpå. g) För att erfara hvilken del af elevens kropp är den andra underlägsen, behöfver man blott låta honom göra den första rörelsen af hvarje slags öfning. Han börjar med n:o. 1 af elementar-rörelserna, sedan gör han den första öfningen i knutlinan, derpå den första i stången och så vidare. Finnes underbyggnaden svag, må han länge och växelvis öfva de 10 första elementar-rörelserna. Äro armarne svage, böra lina, stång, mast etc. gagnas. Är ryggen slappast, brukas de sista 10 elementar rörelser, samt de så kallade slutöfningar.

Läraren underrätte sig af hvarje ny begynnare, om han varit besvärad af *bråk,* då han afhålles från häftigare språng och häfningar. — För svindelaktiga elever, äro sådana rörelser gagneliga, der kroppen sättes i lutande ställning. Äfven kullbytter användas då med fördel. h) Likväl allt detta gradvis. [*Här följa några överstrukna rader i hs.*]

f) Ett språng uppstår medelst en harmoniös *spänning af alla kroppens muskler.* Som denna *spänning är ytterl. häftig,* kan den intet eller wara länge, ty den existerar blott *genom sin fulla harmoni.* Ett fall deremot uppkommer genom en harmonisk *inaktivitet* i musklerna. Om denna harmoni intet är *full,* angripes den delen som är *minst* inaktiv, ty der uppstår då kraft emot kraft. Den druckne, det späda fostret, falla vanl. båda utan annan skada än en blånad. Den vuxne, den nyktre faller och bryter lätt en arm, ett ben. Hos de förre är muskelsystemet likasom anorgiskt[2] hos de sednare blott i half apathi.

g) Alla andra smärre obehagligheter, såsom *blåsor i händerna, ömhet öfver magen, bröstet, armarne, låren,* m. m. kunna anses som följder af första ansträngningarne, hvilka en fortfarande rörelse inom få dagar sjelf kurerar. Dock kunna äfven dessa förekommas om Läraren *hejdar* eleven uti sin första ifver, och dag efter dag gradvis öker hans gymnastiska arbete. Inträffar en *försträckning,* genom[3] lärlingens förse[else] bör den angripna delen genast badas med kallt vatten, hvaraf man alltid bör hafva en flaska till hands; dock [*här slutar hs.*]

Handskriften (original i G. C. I:s arkiv) omfattar dels 20 kvartsidor 3
helt med text plus 1/3 del av ännu en sida och en lös, ditfästad halv

---

[1] *Police* här liksom hos en del av Lings föregångare = vad som hörer till ordning.

[2] Väl = anorganiskt.

[3] Över *genom* ett *Om* på grund av ändring. Ett *g*) o. *h*) förut i hs!

kvartsida med text å båda sidor, samtliga utgörande "Andra Afdelningen Rörelser med Attirail eller Maschineri, dels 11 kvartsidor plus några rader på en 12:te, samtliga av något mindre format, behandlande Brottningen. Å en titelsida till denna avdelning står (icke med G. v. Heidenstams stil): Om Brottning af Gustaf von Heidenstam 1842. — På särskilt blad, före Andra Afdelningen, står med Hj. Lings hand: "Rörelsebeskrifningar, antecknade af Gust. von Heidenstam, Exercitiemästare i Upsala 1841—42" (anteckningsåren).

Som jag i redogörelsen för källor (IV, 1) anfört, avse dessa anteckningar otvivelaktigt Lings tidigare rörelseförråd, det från de första åren i Lund, då Heidenstam vistades där för att 1809 lämna den sydsvenska universitetsstaden. Ortografien i handskriften är ojämn, interpunktionen likaså. Stilen överhuvud verkar icke driven. I regel har jag bibehållit handskriftens ortografi och interpunktion; för tydlighetens skull är ett och annat skiljetecken tillsatt, utan att jag anmärkt detta. Andra tillsatser betecknas med klammer. En del uppenbara skrivfel har jag ändrat, utan att de alltid påpekats i not. Några överstrykningar i handskriften, som äro utan betydelse, har jag lämnat oanmärkta. Det är ibland svårt att säga, om man har att göra med sammanskrivningar eller icke. Det kan vara skäl att erinra om, att terminologien någon gång påminner om göteborgsförteckningens, 1809—1810, t. ex. "gång baklänges", "tillsprång", "nedsprångsrörelse" (Nachtegalls Nedspring, från mindre höjd).

ANDRA AFDELNINGEN.[1]

Rörelser med Attirail eller Maschineri.

Under denna benämning inbegripas alla de rörelser, som verkställas med tillhjelp af någon anstalt af hvad namn eller beskaffenhet det vara må, som är främmande för kroppen, den må vara en enkel käpp, eller samman satt anstalt. Att här icke upptagas andra rörelser, än sådana som lätt kunna verkställas af alla och som icke fordra kostsamma och konstiga apparater, faller af sig sjelft. De härtill nödiga anstalter äro:

I. Två raka hängande linor af circa tio alnars längd och tre och en half tums omkrets, De böra vara på fem quarters afstånd ifrån hvarandra.

II. En slapp hängande lina af ofvannämnde tjocklek men 15 à tjugo alnars längd efter utrymme.

III. Några raka stängor, runda, af minst 5 tums omkrets och allt tjockare t. ex. den andra 6 tums, den tredje 7 o. s. v. af 10 alnars längd eller så höga som den ställning är i hken de äro fästade.

IV. En Mast af 8 tums diameter ned till och något smalare upptill också af ofvannämnde längd.

V. En bjelke eller fyrkant, 8 à 9 tum med afhyflade kanter lik tjock upp som ned.

VI. En planka af circa 8 alnars längd 9 tums bredd och två tums tjocklek och rundad i öfra kanten samt en fåra i midten, så bred och djup, att första leden af fingrarne rymes der, denna fåra bör vara väl jemnad och slät filad. Plankan uppfästes i ställningen med den fårade kanten uppåt, vid pass 3 à 4 alnar ifrån marken, och öfra ändan en half aln högre än den andra.

VII. En så kallad pinnstolpe, består af en 9 tums fyrkantig bjelke uti /[2] hvilken äro infällda pinnar hvilka tre tum i omkrets i oval form

---

[1] Första avdelningen saknas.

[2] / = ny sida i hs.

stå ut vid pass ett quarter[1] ifrån stolpen på båda sidor om dess framsida. Deras afstånd ifrån hvarandra bör vara minst 3 tum, dock om de[t] finnes flera göres afståndet på den andra allt störe emellan pinnarne.

VIII. En vippmast eller horisontelt liggande mast, den böra vara 9 tum i diameter i stor ändan och 4 à 5 i lill ändan, oval på öfre kanten, finnas två kan den ena vara rund, dess längd bör vara 9 à 10 alnar och försedd med en stadig timring på stor ändan, som kan uppbära den vid pass två alnar ifrån marken.

IX. Tvänne ovala stänger af circa 5 tums omkrets, med en ställning som kan uppbära dem, ställningen bör vara försedd med flere hål på ett quarters afstånd, så att de kunna flyttas högre eller lägre efter behof, afståndet emellan stängorna bör vara tre quarter, deras längd 3 1/2 à 4 alnar, ställningens höjd 3 1/2 alnar.

X. En bänk af en stadig tre tums planka med rundade kanter, 1 1/2 quarters bredd, fyra alnars längd, försedd med fyra stadiga fötter, ställda på snedden ut åt, så att den ej vickar åt något håll. I midten fästas två afrundade bommar af 9 tums höjd, lika breda med bänken och två tum tjocka, och en half aln ifrån hvarandra. Bänkens höjd lämpas efter lärjungarnes ålder och storlek, 6 ti[ll] 7 quarter för mindre, och allt högre för större. Kan den inrättas så att den kan höjas och sänkas, är så mycket bättre.

NB. På trädsnittet stå numrorna utsatta på ofvan omnämnde apparater; de flesta äro framställda i en enda sammanhängande anstalt, men kunna anbringas hvar för sig efter lokalens beskaffenhet. Hästen och alla dithörande rörelser, med undantag af de lättare som kunna på bänken verkställas, äro här uteslutna, såsom svårare och mindre nödvändiga.

1. Rörelserna på rak lina äro förnämligast: 1. Enkel äntring: eleven fattar linan med båda händer, flyttar händerna öfver hvarandra uppåt, tills han hinner till dess slut, derpå flyttas händerna sammaledes nedåt, deras afstånd vid flyttning ökas allt efter som hans krafter tilltaga. Härvid måste hela kroppen hållas alldeles rak med slutna fötter och icke något spratlande eller sparkande med fötterna äga rum. Äfvenledes bör man bemöda sig att hålla / armarna krokiga så mycket möjligt.

2. Sammansatt äntring sker på två sätt med händer och fötter, vid det ena läggas fötterna i kors, den ena framför och den andra bakom linan, som tillika klämmes emellan låren, man bemödar sig att sedan man dragit upp bägge fötterna, och händerna skola förflytta[s] uppåt, så klämma till linan, att man under den mellantid som åtgår till händerna[s] flyttning[2] kan helt och hållet uppbära[s] af fötterna, och hålla sig quar kortare eller längre tid. Vid andra sätt, tages linan emellan benen, lindas om samma ben så[3] att dess nedra ända faller inåt öfver vristen, derpå trampas med andra foten för hvarje händernas flyttning, i öfrigt förfares, som vid det första sättet.

3. Äntring på dubbel lina, sker ock på två sätt, vid det ena, fattar man en lina med hvardera hand, kroppen hålles aldeles rak och orörlig, händerna förflyttas, den ena efter den andra uppåt tills man ernått

---

[1] 1 quarter = 1/4 aln.
[2] Efter "flyttning" hs ett kunna = kan.
[3] Hs "som".

målet, vid andra ske[r] händerna[s] flyttning på samma gång och lika långt för hvarje gång.

4. Äntringen baklänges verkställes då som första äntring på enkel lina med endast den skilnad att fötter äro uppåt och kroppen nedåt vänd, linan omfattas emellan låren och ben.

5. Att stå på rak lina. Linan sväpes omkring låret inifrån utomkring så öfver vristen inom, andra foten trampar hårdt derpå, linan kastas bakom den armen som är motsatt den fot omkring hvilken linan är lindad, man släpper med händerna, och står med endast fötternas biträde.

6. Häfningarne på rak lina äro förnämligast följande: Första häfningen, man fattar raka linan med händerna tät[t] intill hvarandra och så utsträckta öfver hufvudet som möjligt, derpå krökas armbågarne, kroppen som hålles aldeles rak med slutna fötter upplyftes, tills hakan når öfver tummen på den öfre handen, derefter utsträckas armarne småningom, tills de blifvit fullt utsträckta, då rörelsen omgöres, utan att fötterna vidröra marken. /

7. Andra häfningen sker på två linor; man fattar en lina med hvardera handen, sträcker händerna så långt uppåt, som möjligt, och kröker sedan armarne till dess hakan kommer öfver tummarnes höjd, derpå utsträckas armarne åter småni[n]gom, detta häfvande, göres flere gånger efter hvarandra med iakt[t]agande, att marken icke vidröres förrn än rörelsen slutas, att kroppen hålles rak och stilla, samt att rörelsen sker långsamt.

8. Tredje häfningen, sker aldeles såsom den andra, endast med den skillnaden, att bägge benen ställas i rät vinkel emot kroppen och hållas fortfarande i den ställningen tills rörelsen upphör.

9. Fjerde häfningen lika som den andra, endast, att linorna dragas utom af två biträden så långt, att då häfningen är rigtigt verkställd[1] öfver armen bildar vid armbågen, en rät vinkel med fram armen.

10. Femte häfningen: man fattar linorna en med hvardera handen; kroppen omstjelpes, så att fötterne komma uppåt, armarne äro då sträckta uppåt och ligga emot höfterna; för att verkställa häfningen, krökas de nu tills axeln kommer till armbågens höjd hvarefter de åter utsträckas, hvilket repeteras.

11. Sjette häfningen: Sedan man häft upp sig till samma ställning som omtalas i andra häfningen, utsträckes den ena armen rakt ut åt sidan, under det man håller kroppen quar vid andra, derpå krökes den utsträckta, och kroppen förflyttas dit samt den andra utsträckes, detta repeteras flere gånger.

12. Sjunde. Den ena armen utsträckes uppåt och fattar den ena linan, så högt möjligt, den andra handen böjes till ofvanför höften och fattar andra linan och häfning verkställes så att den utsträckta handen krökes så mycket det går an, under det den böjda handen deremot utsträckes, sedan denna rörelse repeteras, ombytes armarnas ställning och rörelsen omgöres.

13. Häfning och hållning med en arm. Sedan man med ena armen häft sig så pass att arm[en] vid armbågsleden är så böjd att handen vidrör axeln, söker man att hålla sig quar i denna ställning, kroppen hålles i öfrigt rak under denna rörelse.

14. Samma rörelse med den förändring, att i ställe att hålla krop-

---

[1] Hs: "verkställt".

pen rak, benen ställas i rät vinkel med kroppen och bibehållas i denna ställning. /

15. Fogel rörelsen. Verkställes såsom om No. 5 sagt är allenast med den förändring, att kroppen lutas framåt så att den ligger aldeles horisontelt och att armarne utsträckas på ömsesidor liksom de föreställde vingar, hvarvid den som gör rörelsen söker härma den ställning som en flygande fogel har.

16. Hänga baklänges: Benen opp och hufvudet ned, linan sväpes om benet som vid No. 5 är sagt, hvarefter den andra foten genom tryckning på linan mot den foten hvarom den är omlindad, söker att hålla den fast. Sedan den är säkert fästad, släppes linan med händerna, då man blir hängande.

17. Äntring på rak lina med kroppen i vinkel, kan verkställas på både en och två linor, i första fallet, ställas benen i rät vinkel, sedan händerna fattat linan, derefter flyttas händerna öfver hvarandra, med bibehållande af kroppens vinkel ställning, tills man nått målet, hvarefter nedgången likaledes verkställes genom flyttning af ena handen nedanom den andra, i andra fallet sker uppgång genom flyttning af bägge händerna på samma gång och en knyckning liksom om man gjorde ett skutt med kropp[en].

II. Rörelser på slapp lina äro: 1. Äntring framåt, det vill säga, med hufvudet vändt åt höjden dit förflyttning skall ske. Sedan man fattat linan med bägge händer kastas ena benet tvärt öfver lina[n], benet krökes så inåt så att linan ligger i knävecket, andra benet sträckes utåt rakt åt andra sidan ifrån linan, den armen som är åt det sträckta benet[s] sida är öfverst, vid kommandot: *Ett*, flyttas den handen som är underst ett stycke, t. ex. ett quarter öfver den andra, och det utsträckta benet böjes med det samma och kastas på linan ofvanföre det förut krokiga benet, som nu med det samma kastas af och utsträckes, vid *Tu* sker samma manöver med de[n] motsatta armen och benet, detta fortsättes till man uppnått öfversta ändan af linan, då nedgången sker, så att arm och ben vid förflyttning ställes alltid nedanom den förut på linan befintliga handen och benet.

2. Äntring baklänges, tillgår aldeles på samma sätt hvad händernes och benens förflyttning vidkommer, men med den väsendtliga skillnad att nu är hufvudet nedåt och fötterna uppåt vända och således då förut.

3. Voltäntring, till utgångsställning den samma som är beskrifven i / No. 1. Så snart den är intagen och kommandot: Volt äntring — Ett, sker, omvändas händerna i rigtning uppåt d. v. s. i motsatt rigtning med händerna, kropp kastas om åt samma sida, på hvilken knävecket ligger på linan, med det samma släpper benet linan, följer kroppens vändning och fattar linan på samma sätt på den andra sidan om kroppen. Observeras väl att det bör vara på samma sida af linan. Sedan detta blifvit repeteradt flere gånger, sker samma rörelse med det andra benet. Denna rörelse kan verkställas antingen på stället, d. v. s. fram och tillbaka för hvarje gång, utan flyttning af kroppen upp åt höjden, eller ock med förflyttning uppåt tills högst[a] höjden är uppnådd, då rörelsen verkställes sammaledes utföre.

4. Dubbel voltäntring. Händerna bredvid hvarandra omfatta linan, bägge benen kastas upp bredvid hvarandra, så att bägge knävecken hvila på linan och omfatta den. Vid kommandot [*ett*] flyttas bägge händerna på andra sidan om knäna men omvända, derpå kastas kroppen

hastigt omkring så att bägge knäna komma att ligga på linan såsom förut, men på andra sidan om händerna, vid *tu* flyttas händerna tillbaka och samma manöver verkställes.

5. Fördubblad voltäntring: samma utgångsställning, samma händernas flyttning, men med det samma kroppen omkastas och vändningen sker, så föras fötterna inunder linan, så att knäna komma att hvila derpå i motsatt rigtning, emot den de förut innehaft.

6. Volt. Samma utgångs ställning som vid No. 3 med benen, händerna deremot äro skilda å ömse sidor af dem, det utsträckta benet drages under linan, och knäet lägges derpå, det som ligger på linan drages inunder och utsträckes, händerna förflyttas under linan åt det utsträckta benets sida och fatta i linan på den andra sidan medan det utsträckta benet kastas på linan, och det krökta kastas af och med det samma utsträckes. På detta sätt gör kroppen liksom enkel vändning, så att kroppen kommer åt den sidan der fötterna voro förut, och fötterna deremot deråt som kroppen var. Vexlingen med fötterna sker i början en i sänder, men då större öfning vunnits bör vexling ske på en gång. Sedan vändningen skett en 10 gånger åt venster verkställes den lika många gånger åt höger sida. /

7. Necken, gemenligen kallad, flå katt. Händerna, tillräckligt skilljda hålla i linan med fingrarna vända åt ansigtet, benen kastas opp, och föras under linan, bakåt och sedan nedåt och så långt fram som möjligt, så att kroppen blir aldeles omstjelpt hängande derpå återföres han i sin förra ställning och blir hängande utan att med fötterna vidröra marken, derpå repeteras rörelsen, hvilket dock icke bör ske för många gånger, alldenstund den drifver blodet starkt uppåt hufvudet.

8. Hafsfrun. Samma utgångsställning som ofvan, benen kastas opp emot linan, så att vristerna vidröra den, knäna föras bakåt, kroppen hvälfves nedåt i båg form och hufvudet böjes uppåt emellan händerna, så att hela kroppen bildar en slags cirkel hvälfd nedåt, på hvilken hufvudet och bröstet äro framstående.

9 Enkla Quarn. Man sätter sig gränsle på linan, fattar den med bägge händer på bägge sidor ungefär tre quarter ifrån kroppen, och sedan stjelper sig omkring, fram och baklänges, ömsom flere hvarf, så att man hvarje gång kommer i sittande ställning. Detta verkställes efter kommando: Framåt, (bakåt) hvälf om! och sedan Ett, tu.

10. Dubbla Quarnen, är vida svårare att verkställa framåt. Man sätter sig på linan så att man sitter vid pass midt på låren, fattar i linan så att, båda händerna äro så långt ifrån kroppen å ömse sidor, som möjligt. Derpå göres omstjelpningen hastigt och kraftigt, framåt med framsträckta ben, men bakåt med krökta, och en häftig knyck på kroppen och kastning med hufvudet bakåt, för att få kroppen uti upprätt ställning på linan. Rörelsen framåt bör föregå den baklänges emedan det betydligt lättar dess utförande.

11. Äntring med händerna, kan ske på två sätt: antingen med ansigtet vänd[t] nedåt eller uppåt, i bägge fallen hålles kroppen helt rak och orörlig och händerna flyttas öfver hvarandra uppföre och under hvar/andra då gången sker utföre.

12. Antring med kroppens framsida nedåt eller vänd ifrån linan. Man vänder ryggen åt linan, fattar den med båda händerna öfver sitt hufvud, kastar så fötterna bakåt, så att vristerna fatta i linan såsom två krokar, kroppen bildar då emot linan en båge med sin hwälfning nedåt marken. Derpå flyttas den ena handen ofvanför den andra, med det samma göres likaledes med motsatta foten, derpå likaledes med den

andra, o. s. v. Denna rörelse kan ock verkställas på det sättet, att i stället för att för förflytta den ena efter den andra, endast släpas fram på linan.

13. Första rörelsen eller häfningen. Man fattar i linan så högt att man knappt når marken med tå spetsarne, ansigtet vänd[t] nedåt linans lägre del, armarna utsträckta hvilka icke får krökas under rörelsen; (ty då förvandlas den ifrån ryggrörelse till armrörelse), derpå söker man att föra kroppen framåt, så att man fattar linan med knät, hvilket dock icke får ske genom gångning, utan af egen kraft spänning, derpå släpper man linan, återtar den hängande ställningen, och gör om rörelsen, hvilket kan repeteras i mån af individernas förmåga.

14. En variation af denna rörelse, som är vida svårare, är att verkställa den med ansigtet vändt åt linans högre ända, för öfrigt verkställes den på samma sätt, som ofvan sagt är.

15. Häfning uti en arm. Det är samma rörelse som den ofvan beskrifna endast med den skillnaden, att den verkställes med endast en arm, då den andra armen hålles i sidan eller hänger nere vid kroppen.

16. Andra rörelsen, eller hängande Quarnen bakåt. Man ställer sig på linan med armarne nedåt, vid höfternas höjd, så att kroppen bäres af dem som ett stöd, derpå böjas de något, kroppen kastas baklänges, benen föras fram och uppåt, söka att följa linan så tätt som möjligt, / och så snart omstjelpningen skett och hufvudet kommer upp åt och benen nedåt och kroppen är nära att återtaga utgångs ställningen, omgöres rörelsen.[1]

17. Tredje rörelsen eller hängande Quarnen framåt, det är samma rörelse som ofvan men verkställd framstupa, dervid bör iakt[t]agas att knäna krökas och under lifvet hålles så tätt som möjligt intill linan och att då stupningen sker framåt den verkställes kraftigt och hastigt.

III. Rörelser på raka stänger: 1. Klättring, fötterna läggas i kors den ena framför den andra bakom stången, låren omfatta den tillika, och söka alltid att hålla sig fast vid den då händerna flyttas uppåt, händerna fatta i stången något öfver hufvudet och draga upp kropp[en], bröstet hålles något aflägsnad[t] ifrån stången, sedan armarna verkställt sin rörelse och dragit kroppen så högt de förmå, krökas knäna och benen uppdragas så högt det går an, derpå klämma låren stången och hålla den fast, derpå flyttas händerna öfver hvarandra och samma uppdragning verkställes, tills man uppnått målet. Sedan man blifvit väl öfvad, kan båda händernas flyttning ske på en gång, sedan öfvas eleverna att vid skeende kommando släppa med händerna, och hålla sig quar med benen på en viss punkt, och emellanåt glida ned, åter igen stanna, o. s. v.

2. Gång på stång blott med händer, sker lika som på rak lina, då kroppen bör hållas aldeles rak och orörlig.

3. Gång baklänges, sker också likasom på linan med fötterna förut och hufvud nedåt, denna rörelse bör icke räcka länge.

4. Gång på tvänne stänger. Stängernas afstånd bör lämpas efter elevernas storlek, det bör ej vara större än att armen bildar en rät vinkel vid armbågen, men väl något mindre. En hand fattar i hvardera stången, händerna flyttas den ena efter den andra uppåt eller nedåt[2] men kroppen hålles rak och orörlig.

---

[1] Hs: "omgöres fortsättes"

[2] Hs: "deråt".

5. Gång på tvänne stänger med hoppning, i öfrigt som ofvan utom att händernas förflyttning sker på en gång genom en knyckning på kroppen, dock så att kroppens ställning ej rubbas. /

6. Klättring med benen i rät vinkel. Denna rörelse kan verkställas på en, och två stänger, i förra fallet, ställas bägge benen i vinkel på ena sidan af stång[en], sedan vinkel ställningen är intagen, bör den icke rubbas så länge rörelsen varar.

7. Kullbytt eller stupning, fram och baklänges, sedan man fattat i stängerna omstjelpes kroppen, utan att släppa taget, först fram och så tillbaka åter.

I öfrigt kunna på stängerna till största delen samma rörelser utföras som på raka linor.

IV. Masten. 1. Klättring går till aldeles som på stången.

2. Klättring utan fötternas tillhjelp: denna mycket ansträngande rörelse kan blott verkställas på sådana master omkring hvilka man kan sluta händerna. Benen böjas bakåt och förflyttningen uppåt sker genom en stark knyckning för hvarje gång man vill förflytta sig uppåt.

V[1]. Den horisontelt sneda Plankan: 1. Första häfningen, man fattar plankan med en hand på hvardera sidan och fingrarne i ränna, händerna ställas tätt intill hvarandra, armarna uppsträckta öfver hufvudet, kroppen hängande utsträckt och rak. Då rörelsen skall verkställas ifrån denna utgångsställning, så krökas armarne småni[n]gom, kroppen föres åt ena sidan och häfves tills haka[n] uppnått knogarne som omfatta öfre kanten af plankan, derefter utsträckas armarne åter och utgångs ställning intages. Rörelsen förnyas på det sättet, att kroppen föres åt motsatta sidans arm upp, detta omgöres vexel vis, helst långsamt.

2. Andra häfningen: då man står med ansigtet vändt emot sidan af plankan, fatta bägge händerna i plankan midt emot och på andra sidan i plankan, med händerna så vända, att flata handen vänder sig åt ansigtet, händerna så mycket skillda som axel bredd, för öfrigt i lika utsträckt ställning, som ofvan sagt är. Ifrån denna utgångs ställning, sker häfningen långsamt till hakan kommit öfver knogarne i öfre kanten af plankan, sedan utsträckas armarne åter och utgångs ställning intages, hvarefter rörelsen göres å nyo.

3. Tredje häfningen. Då man står vid plankan i samma ställning / som ofvan sagt är, fattar man i plankan med bägge händer på den samma sida der kroppen befinner sig, med flata handen vänd ifrån ansigtet och armarne axelbredd skilda ifrån hvarandra, häfningen och sänkningen verkställes, i öfrigt, såsom förut sagt är.

4. Fjerde Häfningen eller vinkel häfning, i öfrigt lika med tredje, utom det att benen hålles i rät vinkel emot kroppen under hela tiden rörelsen fortgår.

5. Femte häfningen, samma utgångs ställning som i tredje, ena armen utsträckes åt ena sidan så långt möjligt utan att den andra förändrar sin lodrätta ställning, hvarefter häfning sker, med kroppen invid den lodrätta armen, derefter då utsträckningen sker förflyttas kropp[en] till den utsträckta armen, så att den i stället blir lodrätt, och häfningen verkställes då samma ledes med den, hvarefter rörelsen omgöres vexelvis.

6. Sjette häfningen, aldeles som om tredje sagt är, men med den

[1] Ovan = VI. Se s. 8.

förändringen att då hakan uppnått öfre kanten af plankan, man ytterligare arbetar sig opp, intill dess man kommer öfver plankan med kroppen så att armarna uppbära kroppen i en lodrätt ställning, så att kroppen ända till median befinner sig i rak ställning ofvan om plankan.

7. Enkel Plankgång: händerna fatta plankan på en och samma sida med fingrarne uti ränna[n], hvarefter den handen som är framför flyttas så långt fram, den kan sträckas, derefter flyttas den andra intill den förra o. s. v. till plankans slut, hvarefter återtåget företages då den handen som flyttades sist flyttas nu först, detta repeteras på andra sidan, så att bägge armarne måtte öfvas lika, att kroppen hålles rak och orörlig under rörelsen faller af sig sjelf[t].

8. Enkel Plankgång med händerna på hvardera sidan, då är kroppen vänd framåt och händerna kunna flyttas framåt på två sätt, antingen efter hvarandra eller också förbi, framom hvarandra, vid det senare fallet, måste man vara noga uppmärksam på kroppen, ty det är vida svårare att då hålla den stilla och orörlig. Då man hunnit till ändan af plankan och vill gå tillbaka, kan [man] antingen flytta sig nedåt baklänges eller göra en vänd/ning genom händernas flyttning ifrån ena till andra sidan.

9. Plankgång med hoppning. Händerna ställas å ömse sidor bredvid hvarandra på plankan, derpå framflyttas de bägge på en gång genom en stark och jemn knyckning på kroppen, då återgången skall ske, kan den verkställas, antingen baklänges på samma sätt eller ock efter verkställd omvändning.

10. Bägge ofvanomnämnda rörelser kunna äfven verkställas med benen i rät vinkel emot kroppen. Att armarna uti alla dessa rörelser böra så mycket möjligt hållas böjda faller af sig sjelft.

11. Enkel volt. Sedan man fattat plankan på en sida, och intagit utgångsställningen, flyttas ena handen ifrån ena sidan af plankan till den andra, hvarefter med den andra göres likaledes, sedan sker rörelsen i omvänd ordning o. s. v.

12. Hel volt. Sedan utgångsställningen är intagen, flyttas t. ex. den högra handen i det att kroppen gör en hel vändning åt höger omkring, och placeras på andra sidan af den venstra, men på samma sida om plankan; derefter göres med venstra handen likaså, hvilken rörelse sålunda fortsättes till ändan af plankan, då rörelsen sker tillbaka på samma sätt.

13. Dubbel volt. Sedan man intagit Tredje häfningen till utgångsställning, släpper man plankan med bägge händer, förer dem hastigt inunder plankans nedre kant och fattar åter plankan på andra sidan med omvända händer, så att man kommer i Andra häf ställningen, derefter å nyo i tredje o. s. v.

VI.[1] Fyrkanten eller bjelken: 1 Enkel Klättring. Man omfattar bjelken på samma sätt som om masten omnämn[d]t är, och söker att så litet som möjligt trycka bröstet deremot, i synnerhet bör man undvika att trycka det emot kanterne utan alltid hålla sig till flat sidan, dessutom bör man öfva sig att hålla sig quar utan händernas tillhjelp, denna rörelse bör försigtigt i[n]öfvas, ty dess missbrukande kan hafva skadliga följder, mer än många andra.

VII. Pinnstolpen eller häfpinnarne. Enkel gång. 1. Man fattar en

---

[1] Ovan = V. Se s. 8.

pinne på ömse sidor med hvardera handen, så högt att man hänger i armarna som böra hållas krokiga, derpå flyttas den ena handen till nästa pinne derpà den andra o. s. v. / tills man hunnit målet, derpå sker nedgången på samma sätt, kroppen hålles orörlig, och ingen svängning eller slängning får med den äga rum.

2. Sedan man är inöfvad i denna rörelse, verkställes den på det sätt att man vid hvarje flyttning af handen, går förbi en pinne, då man hunnit tillräcklig färdighet häruti en tredje o. s. v.; detta af[ser] som man ser samma rörelse, blott med ökadt afstånd, men anses dock som en särskildt öfning.

3. Dubbel gång. Samma utgångsställning som ofvan intages, derpå i stället att flytta en hand i sänder, flyttas bägge händerna på en och samma gång upp till nästa pinne och så vidare. Denna rörelse liksom den förra inöfvas sedan, med hvarannan, derpå hvarje tredje pinne allt som skickligheten genom öfning tilltager.

4. Hängning. Man hänger sig uti knäna på två pinnar och utsträcker kroppen ned åt, antingen med armarne i höfter fäst ställning eller utsträckta öfver huvudet nedåt. Det förra är lättare. Sedan söker man att småningom uppresa sig, så att hufvudet kommer så högt som knäna.

5. Hängning med tyngd. Samma ställning intages, armarne utsträckta öfver hufvudet nedåt hålla en mindre eller större tyngd, med denna tyngd söker man uppresa sig med hufvudet till knäna, hvarvid armarna följa hufvudet, och få aldeles icke föras framom det, hvilket gör rörelsen vida lättare.

6. Stålarm. Man ställer sig på en af pinnarne, så att kroppen kommer i något afstånd ifrån marken, derpå fattar man en pinne med hvardera handen, af dem neml. som stå öfver hvarandra, de pinnar man fattat böra vara så aflägsna ifrån hvarandra som möjligt, af det skäl, att ju bredare man kan skapa basen ifrån hvilket rörelsen utgår dess lättare är han att verkställa; sedan man fattat i pinnarna, med händernas knogar vända emot hvarandra, utsträckas armarna, och kroppen kasta[s] ut ifrån stolpen i en spetsig vinkel uppåt, men icke för häftigt; ty då faller den nedåt igen, utan moderat, så att han kan bibehållas, i någorlunda upåt böjd eller ock rät vinkel med stolpen. /

VIII. Wippmasten, omnämnes blott här, ty den kan undvaras, på alla ställen der utrymmet icke medger dess begagnande, och emedan alla rörelser som verkställas på den samma kunna dels verkställas på en balancer stolpe dels på en horisontal stång och dels på en planka som ställes på kant, dessa rörelser äro hufvudsakligen, öfverhoppning ifrån sidorna med arm stöd, balanceringar och sänkningar på ett ben, och balanceringsgång fram och tillbaka, af hvilka rörelser de flesta äro upptagna ibland första afdelningens rörelser.

IX. Horisontal stängorna: 1. Öfver språng eller hoppning öfver den enkla. Man fattar stången ifrån sidan med bägge händerna, gör en samlad sats i höjd, med bägge fötterna, utsträcker bägge benen längs stång[en], stöder kroppen på armen åt motsatta sidan och kastar bägge benen på andra sidan, vid rörelsen skall kroppen vändas så, att ansigtet och magen blifva uppåt vända, att benet som är närmast stången kommer först öfver, och att den armen på hvilken kroppen hufvudsakligen stöder sig under rörelsen, vid dess fulländande befinner sig längs[t] bort, ifrån stång[en], då der i mot den andra handen med det samma, den förra

släpper stången, den sednare[1] fattar i den och nedsprångs rörelse verkställes med detsamma; då man vunnit någon färdighet i denna rörelse söker man att vid öfverhoppning kasta benen så högt möjligt, så att kroppen bildar en spetsig vinkel emot stången. Somliga bruka verkställa denna hoppning så, att ansigtet vändes ned åt och ryggen uppåt, hvilket är vida lättare verkställd[t], men ser rätt klum[p]igt ut, och tager [sig] icke väl ut.

2. Öfversprång öfver två stänger, denna rörelse, som är vida svårare än den föregående kan äfven verkställas på båda omnämnda sätt, dock är det andra här ofvan angifna sätt betydligt lättare. Då hoppningen skall ske, fattar den ena handen första stången och i det samma sattsen sker den andra handen, andra stången, som icke bör vara aflägsen ifrån den första mer än högst en half aln, hvarefter rörelsen verkställes med kroppen framstupa.

3. Med fötterna emellan händerna, No. 1. förändras så till vida att i stället att hoppa med ena sidan vänd åt stången, man vänder sig, med ansigtet framåt, samt då man fattat i stången och gjort sattsen, kröker man bägge knäna, förer benen emellan händerna öfver / stången till andra sidan, sträcker fram dem i det man hoppar ned och gör nedsprångs rörelsen.

4. Häfning och sänkning emellan båda stängerna. Utgångs[s]tällning: Hängande med armarna uppsträckta, händerna hålla i hvar sin stång, derpå söker man att häfva kroppen uppåt, så att armarna komma i motsatt ställning, d. v. s. med armarna utsträckta nedåt, händerna vid höfternas höjd och kroppen ofvanför stängerna, rörelsen omgöres på det sättet, att armarna höjas; kroppen sänkes småningom, och intar åter utgångs ställningen.

5. Vinkling. Sedan man intagit den ofvannämnde ställningen med händerna vid höfternas höjd och armarna lodrätt, föras benen utsträckta uppåt till de komma i rät vinkel med kroppen, sedan böjas armarna, men icke längre än att armbågarna nalkas stången något, och sedan utsträckas de åter, (böjning lämpas efter hvar[s] och en[s] förmåga — vinkeln med benen bibehålles oförändrad.

6. Gång eller händernas förflyttning. Utgångs ställning: som ofvan med armarne lodrätt, derpå flyttas händerna framåt, den ena efter den andra, sammaledes göres rörelsen bakåt. Denna rörelse kan ock verkställas med benen i vinkel.

7. Kullbytt framåt. Utgångs ställning: samma som ofvan, derpå kastar man sig framstupa öfver stången, håller fast med händerna och söker att komma åter upp på andra sidan af stången. Denna rörelse är mycket svår att utföra.

8. Kullbytt baklänges. Utgångsställning: samma som ofvan, man kastar kroppen bakåt, benen söka att följa stången, föras uppåt höjd[a], hvälfvas öfver stång[en] och kroppen intar åter utgångs ställningen. Detta omgöres flere gånger å rad.

9. Quarnvings rörelsen. Utgångsställning: Stången fattas så att man blir derpå hängande vid armbågarne med stången bakom ryggen, derpå söker man att med benen gifva kroppen en svängande rörelse så att den går omkring stång[en], såsom en quarnvinge svänges omkring utaf vinden, detta fortsättes längre eller kortare tid, efter förmåga.

---

[1] Den sednare tydligen = den andra handen.

X. Bänken[1]: 1. Första rörelsen, sedan man fattat i hvardera bomen med en hand, gör man en samlad sats på stället, kröker knäna, hoppar opp, ställer bägge fötterna jemte hvarandra på bänken, och står der, med raka armar, böjda knän upp åt arm hålorna, med gumpen vid hälarne, derpå hoppar man åter ned och omgör samma rörelse flere gånger.

2. Andra rörelsen: samma utgångs ställning, efter sattsen i stället att hoppa upp med fötterna emellan händerna, ställas de å ömse sidor om händerna, på andra sidan bomarna, båda på bänken; rörelsen fortsättes sedan med hoppning ned och upp igen med sats för hvarje gång.

3. Inre echappé. Utgångsställning som No. 1. men vid rörelsens värkställande i stället att stanna med fötterna på bänken, snuddar man med dem öfver den sträcker ut dem hastigt, släpper i det samma med händerna och står ett stycke på andra sidan, i det man gör nedsprångs rörelsen. Denna rörelsen kan också verkställas med volt eller vändning, då man i stället att för att stå med ryggen vänd åt bänken, står man med ansigtet vändt ditåt.

4. Yttre échappén. Utgångsställning som No 1., rörelsen verkställes som No 2. med den skillnaden, att den sker med tillsprång och då fötterna komma till bänkens höjd föras de framåt utan att röra den, händerna släppa hastigt, fötterna föras in till hvarandra innan man uppnår marken och nedsprångs rörelsen verkställes.

5. Hoppa upp och stå. Sker med tillsprång åt ena ändan af bänken, med det samma man gör samlad sats, slår man an med båda händerna på bänken, lyfter sig på armarna, drar opp benen, ställer fötterna på bänken, upplyfter armarne och reser sig opp rak.

6. Hoppa och stå på bomen. Samma utgångs ställning, samma anslag med händerna, medan[2] ben och fötter kastas framom och högre än händerna så att de stanna på bakre eller främre bomen hvarefter man sträcker upp sig som ofvan sagt är.

7. Balancé på ena armen. Man ställer sig på bänkens ena ända, fattar med ena handen; med flatan bortvänd uti den närmaste bomen, delar knäna åt båda sidor, och böjer dem, derpå krökes armen, så att armbågen stödes emot magen, andra handen fattar i den andra bomen med flatan nedåt, armen på hvilken kroppen hvilar hålles lodrätt och man söker att sätta honom i jemnvigt, sedan kroppen kommit i jemnvigt utsträckas benen slutna bakåt och hufvudet hålles uppe, så att hela kroppen / intager en horisontelt rak ställning som bibehålles en eller annan minut.

8. Balancé på en arm utan stöd af den andra; sedan ofvan beskrifna ställning intagits, släppes frambomen och den handen som hållit i den, utsträckes framåt så att armen intager samma rigtning som den öfriga kroppen.

9. Fogel balancé, på båda armarne. Bägge händerna fatta i bomen, bägge armbågarna, stödjas emot magen, kroppen lutas fram åt, och kroppen intager samma ställning i öfrigt som i No 7, men hufvudet hvälfes något mera uppåt och bakåt, och fötterna föras något öfver den räta linien, att den [kroppen] intar en något bågformig ställning.

10. Första Stilljetten[3]: Man fattar i hvardera bomen med händerna, häfver sig på armarne och blifver hängande, derpå kastas ena benet öfver närmaste bomen, handen på samma sida, släpper bomen för att låta benet

[1] Efter "bänken" står tillskrivet med Hj. Lings stil = "en lägre crähäst".
[2] Hs "med".
[3] Stiljett=Esquillette (Hd stödj. [jämnvägande] B. för. eller B. skiftn.).

passera och fattar den genast åter. Sammaledes föres benet tillbaka, sedan sker samma rörelse med andra benet och omvexlas.

11. Andra Stilljetten. Samma utgångsställning. Benet föres och kastas öfver den motsatta bomen och under den motsatta handen, d. v. s. venstra benet öfver högra bomen och föres tillbaka på samma sätt.

12. Tredje Stilljetten: Samma utgångsställning, samma rörelse som vid No 10 med den skillnaden att båda benen på en gång förflyttas emellan bomarne, och tillbaka åter.

13. Fjerde Stilljetten: Samma utgångsställning, men benen föras till motsatt[a] bomen d. v. s. att venstra benet passerar först öfver högra bomen, och deremot, högra först öfver venstra.

Obs. rörelserna böra alltid omvexlas, dessutom kunna de verkställas, både fram och åter åt samma sida samt äfven rundt omkring, ifrån den ena sidan till den andra, äfven kunna två olika rörelser combineras och verkställas i samanhang till exempel kan stillietten ske från balancé på ena armen till utgångs ställning o. s. v.

XI. Stafven. Den bör eller kan ifrån vara 3 1/2 alnar till 5 alnar lång, i ena ändan försedd med en jern dobbsko, och på den andra med en rund / knapp, så stark att han kan bära kroppen utan att svigta eller böjas. Då rörelser skola med denna stafs tillhjelp verkställas kan detta ske både i längd och på djupet, öfver bräda diken, bäckar, utför kullar, backar o. s. v. Man fattar stafven med händerna så, att nedre handen är med flatan vänd uppåt och öfre deremot nedåt, händerna väl afskiljda, anspränget rättas efter den höjd som skall öfverspringas, ifrån 10 till 15 steg, stöder stafvens stödda ända emot marken framför sig, ett par fot ifrån strecket eller föremålet som skall öfverhoppas, ger sig genom satsen och händernas ryckning en stark sväng och kastar fötterna i en båge öfver strecket (se fig.) Den båge blir större eller mindre, såsom prickarne antyda efter den fart man gifvit sig. Då man nedkommer på andra sidan om strecket, står man med ansigtet vändt åt det hållet man kommer ifrån. Småni[n]gom vänjer man sig att göra spränget allt högre, till dess man hinner så långt att man kan komma med kroppen öfverst på en 10 à 12 fots lång staf. I början bör dock rörelsen ske ganska lågt, det är nog om man i en liten båge kastar sig ifrån en sida af stafven till den andra. Sammaledes kan man med staf, hoppa på djupet, dervid blir man snart van att låta händerna glida sakta nedåt på stafven, hvarigenom afståndet ifrån marken betydligt kan minskas och således stöten vid nedspränget försvagas. Äfven öfvar man sig med staf uti längd språng, hvilket också bör ske småningom och afståndet ökas efter hand. På det sättet kan man öfva sig, att öfverspringa grafvar, diken, bäckar och mindre vattendrag, dervid bör dock begagnas en längre staf circa 6 alnar och försedd med en trissa öfver doppskon för att hindra den att nedsjunka för djupt i dyn. Man ställer spetsen af stafven ungefär i midten af bäcken som skall öfverhoppas och sedan hoppet är gjort, och stafven kommit i perpendiculär ställning, flyttas händerne, så man ernår den öfversta ändan af stafven. Vid nedstigande på andra sidan kan man genom en tryckning med händerna, skjuta sig ett par fot eller alnar längre bort och sålunda öka afståndet. Man kan på detta viset hinna öfva sig att hoppa ända till 4 à 5 gånger sin kropps längd. — Då man gör längd språng är ej nödigt att göra vändning med kroppen, såsom det sker vid språng i höjd.[1]
Man fattar i stafven med den ena hand ungefär vid axeln[s] höjd

---

[1] "Man fattar" t. o. m. styckets slut är skrivet på en infästad lapp.

och med den andra öfverst i knappen, derpå tages ansprång, och i det samma dobbskoändan stödes emot marken, föres stafven rätt upp i höjden, kroppen upplyftes på bägge armarne hvilka med det samma utsträckas; kroppen utsträckes uti horisontel ställning, så att han bildar en rät vinkel med stafven och med samma fart kastas framåt motsatta sidan, och då fötterna vidröra marken på andra sidan om staf[ven], verkställes nedsprängs rörelsen, i det nu kroppen befinner sig, vänd, med ansigtet i motsatt rigtning, än då rörelsen begyntes, och efter den kraft som dervid blifvit använd på ett längre eller kortare afstånd ifrån utgångs punkten. Sedan man förvä[r]ft en större öfning i att handtera staf, kan den armen som befinner sig underst flyttas opp och bägge gemensamt fatta i knappen af staf[ven], hvarigenom man blir i stånd att gifva sig starkare fart och sålunda komma längre bort ifrån utgångs stället. — Om marken der öfningarne ske är lös eller diket dyigt är bäst att en trissa af ett par tre tums diameter är fästad på stafven ofvanför dobbskon, för att hindra stafven att tränga för djupt ned, och sålunda försvåra rörelsen.

XII. Öfningar med strecket. 1. Detta bör vara af samma slag som nytjas till gröfre tömmar, omkring en half tums omkrets, längden circa 4 alnar, mer eller mindre efter den personens kroppslängd, som skall begagna det. Lagom är det, då man står på dess midt, om det räcker en tum ofvanför höfterne på bägge sidor. Man fattar i det med bägge händer, i hvar sin ända så att flata händerne hållas uppåt vända, tummarne utåt, strecket ligger så att det löper öfver handen, med ändarne utåt inunder tummarne, det omslutes derpå med handen, kastas bakåt, derpå, ställas armarne / med armbågarne tät[t] in till kroppen, framarmarne något utsträckta framåt men böjliga och lediga, derpå göres en knyckning med handlofvarne, som har den verkan, att strecket hvälfver sig framåt, med det samma det passerat ögonen[s] höjd, göres en liten hoppning af högst 3 tum ifrån marken med fötterna, för att lemna strecket tillfälle att passera under dem; farten som strecket erhållit genom händernas knyckning bör vara till räcklig att föra det omkring till rygg[en], och i det samma bör en förnyad dylik knyck, förmå strecket att fortsätta samma omhvälfnings rörelse. I början förekommer denna rörelse ytterst svår och verkställes högst klumpigt af de flesta, så att man ej lyckas att verkställa mer än en enda omhvälfning med strecket på en gång. Men efter en liten öfning ske framsteg hastigt. Slutligen komer man så långt att man behöfver icke hoppa mer än en tum ifrån marken för att få strecket att passera, och detta lätteligen 100 gånger i suit.

2. Växel hoppning. Sedan man förhvärfvat tillräcklig öfning i ofvannämnde rörelse intages samma utgångs ställning, derpå upplyftes det ena benet, och med det samma strecket hvälfver om upplyftes det benet på hvilket man står och det andra ställes ned, hvarmed man fortfar att omväxla.

3. Växel språng. Samma utgångs ställning, samma omväxlande rörelse med fötterna verkställes, likvist så att för hvarje gång fötterna växlas man tillika tar ett steg framåt. Denna rörelse kan naturligtvis verkställas med olika hastighet och kortare eller längre steg.

4. Dubbla slag. Samma utgångs ställning, rörelsen verkställes som i No 1, med den skillnaden att fötterna upplyftas litet högre, att man gifver strecket en starkare svängning så att det kan gå två hvarf omkring kroppen och således, två gånger under fötterna innan dessa vidröra marken. Denna rörelse kan ock göras med tredubbla slag, dertill fordra[s] dock en långvarig öfning, som är ganska ansträngande.

5. Kors slag. Samma utgångs ställning; sedan man verkställt ett par enkla hoppningar som i No 1, / kastar man hastigt händerna i kors om hvarandra, så att strecket i stället att hvälfva sig omkring efter kropp[en]s fram och baksida d. v. s. ansigtet och rygg, hvälfver sig nu tvärtom ifrån högra eller venstra sidan, emellan hvarje kors slagning, verkställes en rät[t] fram o. s. v.

Denna öfning, då den begagnas med tillbörlig måtta är en ibland de nyttigaste för dem som föra ett mycket stilla sittande lefnads sätt, ty man kan på en fjerdedels timme sätta hela blod massa[n], och hela kroppen i större och nyttigare activitet än om man på vanligt sätt skulle gå en hel svensk mil, oberäknat likväl den nytta som den fria luften gör, men af hvilken man äfven kan profitera, om rörelsen verkställes ute i de[t] fria.

XIII. En åtta à 10 alnar tre tums lina. Denna lina hålles i hvar sin ända af en person, eller ock fästes omkring två alnar ifrån marken med den ena ändan, och i den andra hålles den af en person. 1. Öfverhoppning på stället: denna rörelsen verkställes under det att linan svänger fram och åter, med det samma linan kommit ät den sidan der den person som skall hoppa befinner sig, följer han med linan tills han kommit midt för den som svänger linan, der stannar han, och då linan kommer tillbaka gör han ett litet skutt som att låta linan passera hvilket förnyas så fort linan kommer igen ifrån ena eller andra hållet.

2. Öfverhoppning med ansprång. Utgångsställning som ofvan, linan efterföljes med hastiga steg till midten, så fort den är öfverhoppad springer man undan, och den följande gör lika ledes.

3. Öfverhoppning med ansprång ifrån bägge sidor. Up[p]ställning sker på ömse sidor; sedan utgångs ställningen är intagen, framträder först en man ifrån den ena sidan då linan svänges derifrån, och ifrån den andra då linan svänges derifrån, hvilket så väl som / hoppning och derpå följande undan springandet sker växelvis. På samma sätt kan rörelsen ske parvis, då hvarje par håller hvarandra i handen och följs åt.

4. Krets svängning. Sedan ställningen är intagen, framträder vid linans svängning en man i midten och hoppar opp för hvarje gång linan kommer åt marken, denna rörelse kan äfven verkställas af tvenne på en gång. Äfven kunna No 1 och 4 verkställas växelvis med en fot under det att det andra benet hålles uppböjd[t] med knät i höftens höjd, vid hvarje hopp omvexlas naturligtvis med benen.[1]

Hellströmska hs. (original i G.C.I:s arkiv), som upplyser oss om det 4
lingska rörelseförrådet från senare delen av Lings verksamhet, medan den heidenstamska berör det tidigare skedet, omfattar två avdelningar, en med omslagstitel "Hellström, Fristående Rörelser (eller Gymnastik utan Maschineri)". Den består av 70 foliosidor med text; den andra med omslagstitel "Hellström Om Gymnastiska Öfningar (Rörelserne m. Maschineri)". Den omfattar 218 foliosidor med text. Hs:s första 40 sidor utgöra en historiserande inledning. Jag antecknar därur: "Till grund för denna bildning [den Physiska utbildningen] lade Svenska Gymnastikens nitiske Stiftare den Grekiska Gymnastiken och likartadt med den, delade sitt system uti fyra hufvud afdelningar" (jfr Gymn. allm. grunder). — Den medborgerliga gymnastiken kallas i hs. ock "Subjectiv Activ". Den militära gym-

---

[1] Följa så några sidor om brottning, vilka icke återgivas då inga bevis finnas för att de äro av Ling.

nastiken är enligt anteckning av Ling i margen med blyerts "Den objectift aktiva", den estetiska är också enligt hans anteckning "Den objectift passiva". — Vidare anför jag följande om en försvagad kropp: "en deraf nästan oundvikeligen uppkommande hypocondrisk sinnesförfattning med hela dess svarta följe af missnöjdhet, otålighet, ängslan, svårmodighet och slutligen halft eller helt vanvett". Orden erinra om ett ställe i Lings egen hs. Allmän Gymnastik. De påminna om Martin Luthers framhållande av musik och kroppsövningar, som botemedel mot "die Sorge des Herzens und melancholische Gedanken". — Den del av hs, som upptar fristående rörelser, återges icke här, då Ling själv definitivt framställt dem i reglementet 1836.

Ortografien är i den hellströmska hs. ännu ojämnare och originellare än i den heidenstamska. Interpunktionen är ojämn. Stilen är icke driven. Jag har behandlat den hellströmska hs. på samma sätt som den heidenstamska. Således har jag i allmänhet bibehållit ortografien och interpunktionen med tillsats av en del skiljetecken och en och annan bokstav för att underlätta uppfattningen. Tillsatser anges genom klammer. Många ordformer äro icke grammatikaliska. Tydliga skrivfel har jag ibland rättat utan påpekning. Stundom måste man lämna oavgjort om sammanskrivning, resp. uppdelning på två ord varit avsedd. Anteckningar i margen av annan hand än Lings har jag ibland ansett onödigt att medtaga. — Ny sida i hs. betecknas med /.

De upplysningar om rörelseförråd och delvis om metodik, som den hellströmska hs. lämnar oss, kunna icke vinnas utan studium av själva hs. Jag skall blott anföra några exempel på rörelser och rörelsesläkten, som äro företrädda i hs. och som ännu användas: hs. 1. bålrörelser. 2. rygg- och halsrörelser. 3. bålrörelser- spänn. böj.-fällstående. 4. rygg- och halsrörelse, bålrörelse. 11. hävrörelse, (växel klivgång). 17. växelsidig bålrörelse, utliggning (handfäst sideshållning). 18. bukrörelse. 19. djuphopp med vändning. 20. benrörelse (knästående ryggfällning framåt; 22. do, 25. do o. s. v. — ("Subjectet" i rörelsebeteckningarna är den rörelsetagande. Den som är till hands vid rörelsens utförande, kallas ibland "handräckning").

Särskilt anmärkningsvärd är överensstämmelsen mellan den hellströmska hs. och en kortare, innehållande "Anteckningar vid Öfningarna å Gymn. Centr. Institutet (avtr. i mina Tidsh. unders. över Ling, I, s. 187 ff.). Med undantag av att några fler redskap och do rörelser förekomma i den större hs., så återfinna vi samma rörelser i den ena och den andra med någon reduktion av antalet i den mindre. Denna anger sig till innehållet härröra från G.C.I. — ett bevis, även det, för att den större hs:s rörelseförteckning har samma källa. Anmärkningsvärda olikheter förekomma egentligen blott vid rörelser vid plinten. Den mindre hs. upptar också "Rörelser i Linie" och "Föreställare rörelser" ("föreställare" här artilleriterm).

RÖRELSERNA MED MASCHINERI. (Hellström)[1]

Wid en Gymnastik inrättning utgöres maschineriet hufvudsakligen av följande pieser nemligen:

---

[1] "(Hellström)" med blyerts av Ling. Likaså nästa sida översta raden står med Lings stil (blyerts): Inga konstiga machiner. De äro dyra och ogagneliga. Machineriet är endast ett medel att få fasta punkter för mskokroppen.

Springstolpe som är en upprätt (perpendiculert) stående fyrkantig mast, på dess ena sida finnes öfver hvarandra åt båda sidor vinkelrätt emot masten utstående pinnar. Flera Springstolpar böra finnas med större och mindre afstånd (mellanrum) emellan de från masten utstående pinnarne. Afståndet emellan pinnarne är vanligen 8 à 9 tum — Stolpen hvilar mot golf och tak.

Häf Plancka är en sluttande på tvern uppsatt plancka af circa 7 alnars längd, dess öfversta yta försedd med en inskärning. Planckans dosering är en aln på sju och bör vara så högt uppsatt att dess nedersta ända är 3 1/2 aln öfver marken. En aln öfver denna är en annan plancka i sam/ma ställning och lutning, men utan någon inskerning (En rund doserande[1] stock hvaröfver finnes en fyrkantig stock utgör en annan slags häfplancka.)

Linor som äro af vanliga ankartågs tjocklek till antalet 4 à 6 äro nedhängande ifrån taket i linie och äro åtskilde af något öfver en alns mellanrum.[2]

Slapp Lina är en uti dess båda ändar i taket uppfästad lina, hvars ändar böra vara så långt åtskilda att linan nedhängande formerar nästan en halfcirkel.[3]

Wipp Mast kallas en doserande mast, hvars ena ända är fastsatt uti en ställning som består af fyra jordfasta stolpar med tverträn som stöder och underbär sjelfva vippmasten hvars nedersta ända är en aln öfver marken; den doserar en aln på tolf, dess öfversta yta formerar en slät kant eller rygg. Så att masten har utseende af oval men är på dess nedersta sida eller nedåt vända yta platt eller afkantad. /

Spännstolpen utgöres af tvenne master midt emot hvarandra, den ena är en springstolpe med runda pinnar den andra är en fyrkantig på begge sidorna urhållkad mast. Urhållkningarne böra vara i rundel och utgöra något öfver 10 tum, afståndet mellan urhållkningarna är öfver circa 10 tum. Den urhållkade masten bör vara rörlig med sina begge ändar hvilande uti tvenne urhållkningar (rennor) för att efter behof kunna flyttas närmare eller längre bort ifrån springstolpen allt efter de rörelsetagande Subjecternes behof.

Stegan äro tvenne tillsammans fogade stegar utan några vassa kanter hvars vågräta pinnar äro uti de perpendiculera (tver[4]) ramarne genombrutna. Öppningarne (hålen) böra / vara 16 tum höga och 18 tum breda. Stegan är nedhängande från taket.

Balancer Stolpen är fastsatt vid golvet och utgöres af en fyrkantig stolpe; dess öfversta ända formerar en rund kula. Stolpens höjd är circa 1 1/3 aln.

Plinten utgöres af en upphöjning eller lös lår hvars botten vätter uppåt och är ifrån marken 19 tum uppöjd; flere plintar af rectanglig[5] form böra finnas men af olika längd och bredd försedda med lösa skinndynor — dessutom en fyrkantig plint af 5 alnar i qvadrat[6].

Hästen vanligen af Ek är försedd med tvenne ifrån ryggen uppstående

---

[1] dosera = slutta.

[2] I margen står — icke med Lings stil (troligen L. G. Brantings): är mycket för tjock.

[3] I margen står (trol. av Branting): ”oegentligt sagt”. — Det är dock begripligt.

[4] ”tver” överstruket med blyerts.

[5] I margen med blyerts: parallelipedisk.

[6] I margen med blyerts: cub med 5 alns sidor.

afrundade bommar som äro af 9 tums höjd och med 14 tums afstånd från hvarandra. Sadeln utgöres af en lös dyna som kan fastspennas med remmar, ner så erfordras, / den bör vara af hästens bredd och af så stor längd att den räcker öfver hela hästens öfre yta (öfver hufvudet, länden nedåt helften af bakbenen). Flere hästar böra finnas av olika storlek.

Fyrkantiga master.

Runda master eller Stänger af olika tjocklek.

En lös springstolpe af 4 alnars höjd med runda pinnar genombrutna uti sjelfva stolpen som bör hvila på en stadig fot (med korssfot).

En lös bomm Mast som utgör en runder stolpe af 6 à 7 alnars längd.

En lös lina.

En lös Balancer plancka utgöres af en på kant stående plancka med fot. /

GYMNASTISKA RÖRELSER MED MASCHINERI.

Rörelser vid Springstolpen.

1. *Böjning tillbaka med magen emot stolpen.* Subjectet stående med slutna fötter, magen emot stolpen hållande sig i pinnarne med böjda armar, händerne i höjd med maggropen. Läraren och en handräckning stå i venster och höger om, höger och venster hand läggas kupade på Subjectets axlar samt venster och höger hand på ryggen; ju längre ned händerne flyttas desto starkare blifver rörelsen. Subjectet böjer sig bakåt och sedan åter för kroppen emot stolpen under svagt motstånd af handräckningarne.

Anm.: Både i denna och efterföljande rörelser nämnes den handräckningens iakttagande [1] först som står till höger om Subj. som vanligtvis är Läraren.

2. *Böjning framåt med ryggen emot stolpen.* Subj. med ryggen vänd emot stolpen har slutna fötter samt hållande sig i pinnarne i höjd med höften. Handräckningarne lägger sina höger venster händer på Subj. rygg emellan skulder bladen, venster höger hand på hufvudet. Subj. böjer framåt och återför kroppen. Vid uppresningen göres motstånd af handräckningarne efter Subj. styrka.

3. *Fyra fots rörelsen bakåt.* Subj. räknar under framstigande fyra fot ifrån stolpen, sluter där sina fötter tillsammans, sträcker upp sina armar paralelt med öronen. Handräckningen står i venster höger om, fattar i hvarandras höger och venster händer som stödjande lägges emot Subj. kors. Den handräckningen som står till venster om Subj. lägger sin venstra hand på dess mage / och den till höger stående, sin fria hand emellan skulder bladen för att underbära Subj. vid tillbaka böjningen. Sedan handräckningens händer äro placerade på nämde ställen böjer Subj. sig bakåt, fattar med begge händerna uti samma pinne, ju längre ned desto starkare blifver rörelsen. Subj. bibehåller sina knän raka, vinklar in sina armar så att hufvudet kommer intill stolpen och när detta är värkställdt utsträcker Subj. sina armar då mag handen gör motstånd, hvilket repeteras 2 à 3 gånger men iakttages att utsträckningen af armarne sker sist af rörelsen då Subj. släpper pinnen och uppreser sig långsamt med raka armar. Handräckningens händer bibehålles på sina ställen tills uppresningen skedt hvarefter de uppsträckta armarne nedfällas. Under rörelsen har handräckn. fötterne åtskilda för att kunna göra motstånd vid tillbakaförningen (då Subj. vinkl. arm.) /

[1] I margen med blyerts: gifvande.

4. *Motrörelse framåt med ryggen emot stolpen.* Subj. fattar med nedåt sträckta armar uti en af stolpens pinnar, böjer sig framåt med raka knän. Läraren om han står till venster om Subj. lägger sin högra arm sträckt emot Subj. ryggrad med venster fot framsatt och med venster hand på Subj. nacke för att göra motstånd vid dess uppresning. Då Subj. är nära upprest flyttar Läraren den framsatta venstra foten bakföre den högra. Händerne ombytas, så att högra armbogen stödes emot ryggen, armen vinklas så att handlofven kommer i nackgropen men fingrarne följande hufvudet; venstra handen flyttas fram till maggropen med tummen och pekfingret uppåt vända tryckande emot magen inåt och uppåt. Rörelsen repeteras 2 à 3 gånger.

5. *Enkel häfning med händerne i lika höjd.* Båda armarne sträckas uppåt, med magen emot stolpen fattar / med båda händer på samma pinne, vinklar armbogarne och häfver kroppen så att hakan kommer i lika höjd med händerne, sedermera sänkes kroppen nedåt. Under rörelsen är benen sträckta med raka knän och klackarne tillsammans. Häfningen göres 2 à 3 gånger. Läraren står bakom och fattar med sina händer Subj. vid midjan[1] för att understödja vid rörelsen.

6. *Detsamma med händerne i olika höjd* som sker efter samma grunder blott med den skildnaden att Subj. har sina händer uti olika höjd (på olika pinnar) och höjer sin kropp så att hakan kommer i lika höjd med öfversta handen.

7. *Häfning med händerne uti hvarannan pinne* (eller med[2] fleres mellanrum). När kroppen blifvit häfven i höjd med öfversta handen, uppflyttas / den andra handen högre, då kroppen åter höjes hvarefter häfningen fortsättes uppåt på enahanda sätt så långt Subj. styrka medgifver. Nedgången sker efter samma grunder. Subj. ställning och Lärarens iakttagande som uti föregående rörelse. Sedan Subj. vunnit färdighet i denna gång göres efterföljande rörelse.

8. *Gång med flere pinnars mellanrum* som sker på det sätt, att när kroppen är fullt häfven med hakan i höjd med öfversta handen, utsträckes den andra armen så långt som möjligt för att fatta en pinne o. s. v.

9. *Att hoppa med båda händerne på hvar pinne.* Ställningen som uti rörelsen No 5. Sedan hakan kommit i lika höjd med händerne göres i det samma af båda handlofvarne en hastig knyck, armarne utsträckas och händerne / fattar uti den närmast ofvanföre varande pinnen utan att förändra kroppsställningen och utan sparkning med benen. Sedan färdighet uti denna hoppning blifvit vunnen fatta händerne hvarannan pinne eller

10. *Hoppning med en pinnes mellanrum* som sker på enahanda sätt. Läraren bör altid i början understödja Subj. tills full säkerhet blifvit vunnen. Vid nedhoppningen i denna och föregående rörelse förfares på det sätt att ingen knyck göres av handlofvarne utan med något böjda armar släppa händerne på en gång pinnen och fatta uti den derunder varande, eller hvarannan pinne.

11. *Att springa med händer och fötter på hvarannan pinne* (Björngången). Subj. fattar med sin högra hand en pinne något ofvanföre hufvudet; den venstra handen på pinnen nedanföre, venstra foten sättes på nedersta pinnen, högra foten / vid marken, sedermera flyttas venstra handen på pinnen ofvanföre den högra, och högra foten ofvanföre den venstra o. s. v. iakttagande att ej begge händerna eller begge fötterna

---

[1] Kan också läsas "medjan".
[2] ett "med" har av förf. ändrats till "utan".

blifva på samma pinne, eller att aldrig samma hand och fot kommer att åtföljas vid upplyftningen utan sick-sack. Vid nedgången förhåller det sig på samma vis. Läraren är altid närvarande stående bakom dels för att rätta dels för att emottaga Subj. ifall det skulle slinta. (denna rörelse bör ske med hastighet).

12. *Björngång* på (afviga eller) motsatt sida af masten sker i likhet med föregående rörelse.

13. *Björngång baklänges eller med ryggen emot mastens framsida.* Subj. vänder sig med ryggen emot stolpen fattar med höger hand närmaste pinne öfver hufvudet, den venstra handen fattar pinnen nedanföre med det kullriga af händerne framåt / vända. Uppstiger med venstra klacken på första pinnen ifrån marken och fortsätter sedan uppstigandet som uti rörelsen No 11.

14. *Björngång baklänges* (å den afviga eller) *med ryggen emot mastens baksida* sker på enahanda sätt som uti föregående rörelse.

15. *Slingring upp och nedåt framlänges eller med bröstet emot masten.* Subj. vändt emot masten, fattar med sin högra hand en pinne till venster något öfver hufvudet, uppstiger med sin högra fot till venster om stolpen på nedersta pinnen från marken, för sin venstra arm bakföre stolpen och fattar med venster hand en pinne ofvanföre på motsatt sida om stolpen med den högra handen, roterar högra foten så att den, tillika med den öfriga delen af kroppen kommer på den öfriga sidan af stolpen, högra handen flyttas på samma pinne, men på motsatt sida om stolpen högra foten / uppstiger en pinne ofvanföre den venstra foten, venstra armen föres på andra sidan stolpen, och venstra handen fattar nu en pinne ofvanföre på motsatt sida om stolpen; med den högra foten roteras så att den tillika med den öfrige delen af kroppen kommer på den andra (eller fram) sidan af stolpen; detta fortsättes uppåt masten pinne för pinne. Nergången sker efter samma grunder med den åtskildnad, att venstra handen och högra foten flyttas då altid en pinne nedåt. Upp och nedgången till höger sker tvertom.

16. *Slingring baklänges eller med ryggen emot stolpen.* Subj. uppstiger på nedersta pinnen med en fot på hvardera sidan om stolpen ryggen vändt emot densamma, fattar med begge händerne en pinne ofvanföre hufvudet, uppstiger derefter med venstra fotens klack på andra pinnen ifrån marken till höger om stolpen, uppflyttar sin venstra hand (med flathanden framåt / vänd) en pinne ofvanföre och på samma sida som den högra handen, omvrider kroppen på venstra klacken så att ryggen blir vänd emot baksidan af stolpen, och ansigtet åt motsatt håll, emot den förra ställningen på stolpens andra sida, derefter fattar högra handen samma pinne som den venstra på andra sidan om stolpen, och den högra fotens klack på samma pinne med den venstra; derefter uppflyttas den venstra fotens klack en pinne ofvanföre den högra foten och på samma sida om stolpen, venstra handen uppflyttas en pinne ofvanföre den högra handen, på samma sida af stolpen som den sistnämde handen, derefter omvrides kroppen på venstra klacken, så att ryggen blir vänd emot framsidan af stolpen, högra handen fattar derefter samma pinne som den venstra på andra sidan om stolpen, och den högra / fotens klack på motsatt sida om stolpen, men på samma pinne som den venstra, derefter uppflyttas venster fot och hand för att göra omvridningen på förr beskrifne sätt. Nedgången sker efter samma grunder, med den åtskildnad att höger fot och hand flyttas då altid en pinne nedåt innan omvridningen sker. Läraren vänd emot Subj. följer det altid.

17. *Balancering på armarne med kroppen vinkelrätt emot stolpen.*

Subj. uppstiger på nedersta pinnen vänd till exempel med högra sidan af kroppen emot stolpen stående med högra klacken på pinnen, det andra benet frihängande, venstra armen uppsträckes och handen fattar en pinne ofvanföre hufvudet, med flathanden utåt, tummen nedåt och de öfrige fingrarne uppåt vända. Högra handen fattar nedåt med nästan sträckt arm, en pinne på samma sida af stolpen med tummen uppåt och de öfrige fingrarne nedåt vända. Sedan fattningen med händerna / äro gjorda utkastas kroppen med fart med slutna fötter och sträckta ben vinkelrätt emot stolpen, båda armarne blifva sträckta den högra armen underbär, och den venstra drar kroppen uppåt. För att i början vänja Subj. bibehålla sig i denna vågräta ställning understödjer Läraren benen, sedermera ombytes sidor. då händerne blifva omvändt förhållande på enahanda sätt.

18. *Att sitta med ryggen emot stolpen och vinkel i magen.* Subj. vänder ryggen emot stolpen, sträcker sina armar uppåt och fattar med händerne samma pinne på hvar sin sida om stolpen. Med böjda knän uppvinklar Subj. sina lår och utsträcker sedermera benen vinkelrätt emot den öfre delen af kroppen. Vid nedförningen nedvinklas först knäna sedermera nedföres benen. Denna rörelse kan äfven ske med utdelade ben. Då vinklingen i magen är gjord utföres benen sträckte åt sidorne. /

19. *Nedhoppning från olika höjd af stolpen.* Subj. går upp åt stolpen enligt No 11. Om Subj. skall hoppa t. ex. ifrån 6te pinnen och vända sig åt venster, stannar venstra foten på femte pinnen, högra foten flyttas på den 6te pinnen men på samma sida af stolpen som venstra foten är, högra handen flyttas under den venstra, vändningen sker på högra foten, venstra handen fattar samma pinne med den högra på hvar sin sida af stolpen, venstra foten efter samma grunder. Innan nedhoppningen sker iakttages att Subj. står ytterst på klackarne, kroppen rak med utdelade och något böjda knän. Vid hoppet släpper händerne pinnen och armarne utsträckes rakt åt sidorne. Subj. med böjda knän då det når mark.

20. *Wadrörelse att ligga på knä med fötterne under nedersta pinnen af stolpen.* Subj. ligger på knä så långt ifrån stolpen att Subj. hälar bindes af nedersta pinnen, foten stödjande sig på tå mot / marken. Subj. fäller sig långsamt framåt utan att vinkla magen eller föra hufvudet bakåt. Uppresningen eller återförningen sker äfven med rak kropp.

21. *Vadrörelse med ena foten på en af pinnarne, den andra på marken och tryckning framåt.* En af fötterne sättes med väl uppböjdt ben på en af pinnarne, händerne fatta en pinne i lika höjd med axlarne, s[k]juter kroppen ifrån stolpen och uträtar benet. Om så erfordras kan Läraren lägga en kupad hand på knäet samt en hand under knävecket tryckande svagt med den öfre handen samt stödjande med den andra. Skall rörelsen blifva starkare flyttas den emot pinnen stödjande foten högre upp då benet utsträckes med böjd kropp. Det på marken stödjande benet hvilar på tåspetsen circa en aln ifrån stolpen. Benutsträckningen repeteras några gånger hvarefter benen ombytas.

22. *Lårrörelse med böjdt knä och en fot mot pinnen.* Subj. vänder ryggen emot stolpen fattar en pinne med nedåt fällda / händer uppflyttar den ena foten bakåt mot en pinne under händerna, sulan af foten uppåt vänd, drager kroppen närmare stolpen, knäet utsträckes och vinklas några gånger, det andra benet rakt och foten så nära stolpen som möjligt — benen ombytas.

23. *Benrörelse* (med benen fixerade nedom knäet). Subj. vänder magen emot stolpen sätter begge sina fötter på nedersta pinnen, med en fot på hvardera sidan om stolpen hvilande på tåspetsen; en rem spännes under knävecket omkring stolpen, kroppen nedföres i sittande ställning. Finger-

spetsarne blott för att styra kroppen stödjande sig på samma pinne i höjd med axeln; ju längre ned händerne flyttas desto starkare blifver rörelsen. Subj. höjer sig i lodrätt ställning uppåt under Lärarens motstånd som gör en svag tryckning på axlarne.

24. *Armutsträckande Sidrörelse.* Subj. stående på marken med slutna fötter, omkring en aln ifrån stolpen, fattar med sina händer som uti rörelsen No 17. Läraren / fattar Subj. om lifvet och drager kroppen utåt. Hvilket repeteras 2 à 3 gr[gånger].

25. *Stående benuppböjning* (pelar ben). Subj. står med ryggen mot stolpen hållande sig fast i en af pinnarne med nedåt fällda händer. Läraren står vänd emot Subj. fattar dess fot med båda händerna under tåspetsen samt dess knä emot sin axel, trycker Subj. knä med sin axel emot Subj. bröst under det att dess tåspets tryckes äfven uppåt; sedan det är repeteradt några gånger, göres af Läraren om det är venster ben, höger om! hvarefter Läraren med sin högra arm fattar under Subj. ben emot armvecket; venstra handen fattar ofvan knäet, högra armen vinklar Subj. knä utan motstånd samt något höjer benet, venstra handen nedtrycker knäet, utan att högra armen sänkes. Subj. högra ben hålles rakt, sedermera föres benet åt sidan och framåt under uppvinkling och utsträckning; när benet åter kommit midt för stolpen, släpper högra / armen benet, hållande sin venstra hand vid Subj. knäveck, knäet vinklas. Läraren lägger sin högra hand på Subj. knä och nedtrycker foten till marken. Med högra benet förhåller sig Läraren i omvändt förhållande.

26. *Bågfallande ryggrörelse.* Subj. med ryggen vänd emot stolpen sätter sina fötter på nedersta pinnen och en fot på hvardera sidan af stolpen, i höjd med öronen fatta händerne samma pinne med fingerspetsarne framåt vända. Läraren fattar Subj. om lifvet och försigtigt förer dess mage framåt tills armarne blifva aldeles utsträck[t]e och kroppen kommer i en bågformig ställning hvarefter Subj. vinklar sina armar och återför kroppen under Lärarens motstånd.

27. *Simning med benen tillsammans.* Subj. står vänd[t] med magen emot stolpen, fattar med händerna en pinne i lika höjd med axlarne. (2) Handräckningarne stå i venster, höger om, fatta hvarandras händer framföre Subj. mage, den till höger stående lägger sin venstra hand längst Subj. / ryggrad, ju närmare korset desto starkare, och den till venster lägger sin venstra hand på Subj. hufvud. Den 3dje handräckningen upplyfter ett ben i sänder och fattar om Subj. smalben, drager kroppen utåt under det att Subj. rätar ut sina armar. Sedan armarne äro utsträckte återvinklas armarne med väl upphöjdt hufvud, så att hakan kommer i lika höjd med händerne hvilket. fortfares några gånger. Under rörelsen underbäres Subj. väl af de på sidorne varande handräckningarne; ju mera handen trycker i ryggen desto starkare blifver rörelsen. Då rörelsen skall upphöra släpper handräckningen fötterna varligt ett ben i sänder till marken.

28. *Simning med benen åtskilda och tryckning i ryggen.* Sker efter samma grunder blott med den skildnaden att det blifver tvenne handräckningar i fötterna en för hvardera benet.

29. *Bågstående benutsträckning.* Ställningen såväl för Subj. som Läraren är lika som / uti rörelsen No 3. Sedan armarne äro utsträckta blifver Subj. stilla vinklar upp ett ben och utsträcker knä och vrist och håller sig sjelf i denna ställning, dock skall Läraren något understödja rygg och ben hvarefter knäet vinklas, foten sättes i mark och ben ombytas.

30. *Knähängande nedfällning* (armarne i sidan). Subj. med magen emot stolpen uppstiger och lägger sina knäveck på 4de och 5 pinnen ifrån marken, en handräckning fattar med sina händer om Subj. vrister och

trycker hälarne tillbaka. Läraren står bakom Subj. rygg läggande sina händer på dess axlar för att understödja Subj. då det faller bakåt. Subj. sätter sina händer i sidan, för sin mage väl upp samt böjer långsamt bakåt och nedåt så att nacken kommer emot stolpen. Vid uppresningen iakttages att magen hålles väl upp. Lärarens händer följer Subj. axlar för att understödja om så påfordras. /

31. *Detsamma med armarne utsträckta.* Sker på enahanda sätt blott med den skildnaden att armarne utsträckes paralelt med öronen och hålles sålunda under rörelsen. Läraren lägger då en hand under Subj. rygg, den andra på dess axel.

32. *Att fatta med händerne en pinne då hufvudet är nedåt vändt, och föra benen nedåt till marken.* Ställningen är som uti rörelsen No 30. Sedan nacken kommit emot stolpen fattar händerne med uppåt sträckta armar en pinne, benen frigöras från pinnen och uppsträckes längst masten, så att hela kroppen uppbäres af armarne, derefter föres fötterne nedåt marken under det Läraren understödjer Subj. under magen och benen, hvarefter benen uppföras och fastgöres vid pinnen samt kroppen föres uppåt enligt No 30.

33. *Häfning emellan 2ne Springstolpar* (händerne uti olika höjd). Subj. stående emellan Springstolparne som äro från hvarandra åtskilda circa 5 qvarter (den lösa springstolpen fixerat). Subj. uppstiger / med ena foten på nedersta pinnen af den ena springstolpen, fattar på den samma en pinne med fullt utsträckt arm, den andra handen fattar på den andra springstolpen en pinne i höjd med axeln, foten frigöres och kroppen häfves så att hakan kommer i lika höjd med öfversta handen; sedermera vexelvis sänkes och häfves kroppen under det läraren understödjer Subj. med sina händer på ömse sidor af höften — hvarefter händerne ombytas — kroppen är rak under rörelsen.

34. *Ryggböjning eller gång emellan lösa springstolpen och den smalaste runda masten.* Den lösa Springstolpen ställes (fixerat) en kroppslängd framför den smala masten. Subj. fattar uti masten med begge händerne den ena ofvan den andra, sätter sina fötter på springstolpen i lika höjd med händerne så att Subj. ligger emellan masten och springstolpen uppbärande sig sjelf. Om t. ex. högra handen är ofvanföre den venstra, flyttas den venstra uppåt ofvanföre / den högra omkring ett qvarters längd emellan händerne. Flyttas venstra handen först, flyttas äfven högra foten först, så att aldrig samma hand och fot flyttas på en gång och att intet fötterna komma på samma pinne. Nedgången förhålles efter samma grunder. Läraren med en hand under Subj. mage understödjer dess gång. Skall ryggfällning ske i denna ställning fixeras Subj. fötter — Springstolpen bör stå stadigt och vara noga fixerad [1] av flere handräckningar.

Rörelser i Spännstolpen.

35. *Spännliggande handgång.* Händerna fatta uti en pinne i lika höjd med bröstet, en fot uppföres uti den urhållkade masten, sedan den fått fäste uppföres äfven den andra foten, knäna raka, fötterna i lika höjd med händerna skola vara slutna med klackarne uppåt och tåspetsarne nedåt vända, högra handen uppflyttas till nästa pinne, venster hand till den ofvanföre så att altid en hand blifver blott / på hvar pinne. Nedgången sker på enahanda sätt och kan fortsättas ända ner till golfvet. Läraren stöder med sin ena hand under Subj. mage med den andra vid dess ena axel. En handräckning begangnas som stående bakom och med

[1] Ursprungl. i hs: fixeradt, sedan ändring till fixerat.

omfattande armar om den urhållkade masten, med sina händer binder Subj. fötter till masten emot urhållkningen. Vid rörelsens slut nedfälles först en fot och när den nått mark släppes äfven den andra.

36. *Balancering med hand och fot åt motsatta sidor utsträckta.* Uppstigning, ställning och afförning lika som i föregående rörelse; höger arm och venster ben frigöres och utsträckes hvarefter i denna ställning balanceringen göres — Sedan ombytes arm och ben.

37. *Enkel sänkning med böjning i ryggen.* Uppstigning, afförning och ställning lika som uti rörelsen No 35. Rörelsen sker på det sätt att Subj. fäller sin kropp nedåt med böjning i ryggen och återtar sedan sin förra sträckliggande ställning. Händerna kunna flyttas högre upp eller nedåt än fötterna äro. / Läraren begangnar en handräckning som med honom underbär Subj. kropp på det sätt att de fånga uti hvarandras venstra händer. Läraren med sin höger hand under Subj. armveck. Handräckningen med sin höger hand under dess knä.

38. *Sänkning med händerna i korss.* Uppstigning, afförning Lärarens och handräckningarnes iakttagande lika som uti rörelse No 37. Subj. ställning äfven lika med föregående rörelse med den skildnad att Subj. fattar med sina begge händer uti samma pinne men med sina armar i korss.

39. *Att gå med händerne i korss på samma pinne.* Lika med handgången uti No 35 med den åtskildnad att armarna korssa hvarandra och att begge händerna flyttas på samma pinne den ena handen efter den andra.

40. *D:o med en hand på hvar pinne.* Med korssade armar göres handgången såsom uti rörelsen No 35.

41. *Sidorörelse med händerna på samma sida om springstolpen men i olika höjd samt sänkning och häfning.* Sedan Subj. Lärarens och handräckningarnes / ställningar enligt No 35 äro intagne, fixeras Subj. fötter noga vid den urhållkade masten. Subj. flyttar ned sin ena och uppåt sin andra hand på åt samma sida varande pinnar; afståndet emellan händerna då armarne äro utsträckte bör vara lika med afståndet emellan armbogarne, ju närmare händerne äro desto starkare blifver rörelsen. Sedan nedsänkes kroppen och åter häfves till förra ställningen, hvilket repeteras 2 à 3 gånger. Lärarens och handräckningarnes iakttagande äro lika som uti rörelsen No 37.

42. *Ben- och armutsträckning på den urhållkade masten.* Händerne fattar om den urhållkade masten i lika höjd med axlarne, fötterne uppflyttas till den nedersta urhållkningen benen utsträckas och åter böjes 2 à 3 gånger; ju längre händerna nedflyttas desto starkare blifver rörelsen. Läraren bör under rörelsen förblifva på sidan af Subj., och med sin ena hand fatta om dess ena / arm och med sin andra hand understödja Subj. gump (le cul).

43. *Hoppning upp och ned på den urhållkade masten.* 1sta ställningen är lika som uti rörels[en] No 42 med utsträckta ben från stolpens nedersta urhållkning. Subj. flyttar sina händer till en urhållkning på stolpens andra sida men så högt upp som möjligt, hoppar med begge fötterna och böjda knän på en gång till nästa urhållkning då kroppen åter tar en bågformig ställning, derefter återflyttas händerna högre upp och fötterna hoppa till nästa urhållkning o. s. v. Ned hoppningen sker på det sätt att händerna nedflyttas först så lågt som möjligt utan att böja knäna, hvarefter fötterna på en gång nedhoppa till den nesta nedanföre varande urhållkningen; på samma sätt fortsättes ända ned. Läraren förblifver bakom Subj. / och understöder dess gump.

44. *Spännliggande ryggrörelse bakåt och nedåt med armvinkling.* Subj. stående emellan den urhållkade masten och pinnstolpen med ansigtet vändt åt den urhållkade masten. Läraren stående uti vensterom till höger om Subj., fattar med sin höger hand bakom Subj. rygg, uti en emot honom stående handräcknings venster hand. Subj. uppvinklar sina armar, böjer kroppen bakåt och fattar med sina händer uti en pinne i höjd med hufvudet, uppförer den ena foten efter den andra till en urhållkning i höjd med den pinne han fattade med händerna. Läraren fattar till stöd och underbärning med sin venster och handräckningen med sin höger hand framom och på Subj. axlar, hvarefter Subj. nedflyttar sina händer till den nedersta pinnen och med kroppen uti denna bågformiga ställning, vinklar och utsträcker armarna 2 à 3 gånger / hvarefter Läraren med handräckningen åt sidan förer Subj. som återföres uti (lodrätt) naturlig ställning.

45. *Spännliggande ryggresning.* Sedan Subj. uppstigit och intagit den spännliggande ställningen enligt rörels[en] No 35, ställer Läraren sig med ryggen emot och under Subj. mage fångar med sina armar om Subj. så att händerna komma uppå dess axlar. Nedtrycker Subj. öfre kroppsdel med sina händer och med sin ena axel understödjer och uppåt för dess mage. Sedan nedböjningen är gjord uppreser Subj. kroppens öfre del i linie med kroppens andra del då Läraren med sina händer å Subj. axlar gör motstånd.

Rörelser i Häfplanckan.

46. *Häfning med händerna på den ena och kroppen på den andra sidan af planckan.* Subj. uppstiger så högt på den, på sidan om häfplanckan varande springstolpen att hufvudet kommer i lika höjd med häfplanckan, högra armen utsträckt tages under / planckan och fattar med böjda fingrar uti inskerningen på häfplankan, närmare till springstolpen fattar den venstra handen på samma sätt som den högra med lika afstånd emellan händerne som axlarnes bredd. Med ansigtet vänd[t] emot planckan på ena och flatan af händerne på andra sidan, kroppen lodrätt, och med slutna fötter vinklar Subj. sina armar och häfver kroppen så att hakan kommer i lika höjd med planckans öfre kant. I denna ställning blifver Subj. någon stund eller ock sänkes kroppen och åter häfves några gånger. Under rörelsen förblifver Läraren till underbärning framföre vänd emot Subj. stödjande med sin venster hand ofvanföre dess höger knä, och med höger hand om venster smalben. Nedhoppningen sker med böjda knän, kroppen faller emellan Lärarens händer som stödjer under armvecken då Subj. når mark. /

47. *Häfning med en hand på hvardera sidan af planckan.* Uppstigning och kroppens ställning lika som uti rörels[en] No 46; högra handen fattar under och på andra sidan af planckan som uti föregående rörelse, den venstra handen fattar planckan på samma sida som kroppen är, häfver i denna ställning, och sedan häfves åt motsatt håll så att kroppen blifver på samma sida som höger hand, och den venstra på motsatt sida af planckan. Lärarens iakttagande blifver som uti föregående nummer.

48. *Häfning med händerna på samma sida som kroppen.* Begge händerna fatta planckan på samma sida, och med kroppen åt samma håll som händerna. (Ju närmare händerna äro desto svårare blifver häfningen). Lärarens och Subj.s ställningar är lika med förhållandet uti rörels[en] No 46.

49. *Häfning med händerna korssade på samma sida som kroppen.* Armarna korssa hvarandra framför ansigtet, så att venster hand fattar

planckan till / höger, och höger hand till venster om ansigtet, och häfver kroppen på samma sida som händerna; för öfrigt samma iakttagande som uti föregående rörelse. —

50. *Do med händerna på andra sidan af planckan.* Med korssade armar fatta händerna planckan på motsatt sida med kroppen och i denna ställning göres häfningen.

51. *Kroppstyngdens överflyttande från den ena till den andra armen.* Sedan Subj. fattat med sina händer som uti rörels[en] No 48 häfves kroppen upp till den ena handen (så att hakan kommer emot handen); den andra armen blir då nästan åt sidan utsträckt, derefter överflyttas kroppstyngden till den andra armen medelst häfning åt sidan uppåt och den nyss vinklade armen blifver nu utsträckt o. s. v.

52. *Häfning på en arm.* En hand fattar planckan på samma sida som kroppen, häfver uppåt med den andra armen ned/fäld hvilande vid kroppens sida, hvarefter den nedfällda handen fattar planckan på samma sida och häfver den nedfällda kroppen uppåt; den andra armen nedfälles. Subj. med slutna fötter underbäres af Läraren.

53. *Wäxelhäfning från ena till andra sidan* sker på det sätt att Subj. fattar planckan med ena handen, häfver kroppen upp på samma sida om planckan som handen fattat[1], och under kroppens nedfällande fattar andra handen planckan på andra sidan och häfver kroppen upp på denna sida hvilken växelhäfning fortsättes. Lärarens underbärande Subj. ställning och nedhoppning lika som förr är beskrifvit.

61. *Gång i alla dessa ställningar.* Sker [så att] under det den ena armen uppvinklas och häfver kroppen, förflyttas den andra armen utsträckt uppåt planckan så långt som möjligt, der handen fattar, och armen stadnar i böjd ställning, då den andra armen / uppflyttas på samma sätt och ombytes hela planckan uppåt. Om gången sker enligt rörels[erna] No 46, 48, 49, 50, 52 är ansigtet vändt åt planckan. Sker gången åter enligt rörelserna No 47, 53 är ansigtet vändt åt springstolpen. Gången enligt No 49, 50 med korssade händer sker på det sätt att den understa armen uppflyttas först, den andra armen korssar åter denna och så hela planckan uppåt. Återgången nedåt sker efter samma grunder. Uti alla dessa rörelser iakttages att kroppen slänger så litet som möjligt, fötterna altid slutna. Subj. underlättas af Läraren om så erfordras. Uti rörelserna No 52, 53 nedfälles den frihängande armen till sin sida emellan hvarje förflyttning.

69. *Gång i de föregående ställningarne med vinkel i magen.* Läraren följer då Subj. rörelse utan någon underbärning. Subj. vinklar kroppen i rät vinkel / med slutna ben, fötterna i lika höjd med magen och rörelserna med händerna sker lika som gången uti lodrät ställning.

70. *Hoppning med en hand på hvardera sidan om häfplanckan.* Armarna något böjda och begge händerna (med en hand på planckans hvardera sida) förflyttas uppåt på en gång medelst en hastig knyck och kroppens upphäfvande tag för tag; enahanda iakttagande (utom i No 51) är uti

76. *De andra sex föregående ställningarne,* hvarvid observeras att Läraren i synnerhet uti början underlättar Subj. rörelser medelst kroppens upphäfvande vid händernas förflyttande.

77. *Hoppning från undre till öfre planckan.* Sedan Subj. med säkerhet kan med ena handen fatta öfre planckan medelst kroppens upphäfning af andra armen från undre planckan, hoppar Subj. från nedre planckan för-

[1] Hs "fattadt".

medelst en hastig häfknyck och armarnes utsträckning till den öfre planckan som på en gång fattas af begge händerna. Läraren underlättar rörelsen. /

78. *Enkel volte.* Planckan fattas som uti rörels[en] No 48; venster hand släpper planckan och kroppen omvrides framåt till höger, på det sätt att Subj. venster sida blir vänd ifrån Springstolpen eller ryggen åt det håll der ansigtet förut var. Venster hand fattar nu planckan på samma sida till venster om höger hand men högre uppåt. Höger hand släpper planckan och kroppen omvrides bakåt till höger med venster sida till Springstolpen, och med sin höger hand fattar planckan högre upp på samma sida till höger om venster hand o. s. v. hela planckan uppåt. Nedgången sker på samma sätt men att altid den hand släpper planckan som är högst upp (på planckan). Under kroppens och den fasthållande handens omvridning följer Läraren Subj.ts rörelse med underbärande, dess armar böjda och fötterna altid slutna. /

79. *Dubbel volte.* Begge händerna fatta planckan på samma sida, och medelst en hastig häfknyck uppkastas kroppen, händerna släppa planckan, kroppen omvrides, och på samma sida återfatta händerna planckan, på det sätt att Subj.ts ansigte blifver nu åt det håll ditåt dess rygg förut var. Läraren underlättar Subj. vid dess häfknyck, släpper ett ögnablick kroppen, och återfattar den efter omvridningen.

81. *De tvenne föregående rörelserna med vinkel i magen;* benen uppvinklas så att kroppen formerar en rät vinkel, för öfrigt göres rörelserna lika med de 2ne föregående.

89. *Att häfva sig med vinkel i magen i de 8 första ställningarne.* Subj. fattar planckan enligt rörelserna No 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53 och i dessa olika ställningar göres häfningen med slutna fötter och benen uppvinklade så att de formera en rät vinkel till kroppen.

90. *Gång uppåt planckan med ansigtet framåt vändt.* Begge händerna fatta planckan med en hand på hvardera sidan, ryggen vänd åt springstolpen; den ena / handen (hand om hand) flyttas framföre den andra med böjda armar, fötterna slutna och kroppen i lodrätt ställning.

91. *Hoppning uppåt planckan med ansigtet framåt vändt.* Ställningen är såsom uti föregående rörelse; medelst en hastig häfknyck uppkastas kroppen i lodrätt ställning och tag för tag flyttas begge händerna på en gång hela planckan uppåt. Läraren underlättar rörelsen.

92. *Att med ansigtet vändt åt springstolpen fatta med en hand på hvardera sidan om planckan, och uppföra ena foten med sträckt ben.* Subj. fattar planckan såsom uti rörelsen No 47 (ett stycke från springstolpen). Armarna häfver kroppen uppåt, och i något bakåt lutande ställning uppföres ett rakt ben i sender till planckans öfre kant utan att kroppen böjes, hufvudet dock något bakåt.

93. *Do vänd[t] åt motsatt håll.* Händerna fatta planckan med kroppen vänd som uti rörelsen No 90, och benets uppförande i denna ställning verkställes med samma / iakttagande som uti föregående rörelse.

141. *Alla dessa 48 rörelser göres lika på runda stocken.*

142. *Häfning på första fingerleden med ansigtet vänd[t] åt springstolpen.* Med ansigtet åt springstolpen fattar en hand på hvardera sidan om den runda stocken på det sätt att händerna i lika höjd blifva med sina fingerspetsar midt emot hvarandra och kroppen häfves uppåt i lodrätt ställning, underbären af Läraren om så erfordras.

143. *Häfning i samma ställning men med ansigtet åt motsatt håll.* Sker på enahanda sätt som uti föregående nummer.

145. *Dessa tvenne föregående rörelserna med vinkel i magen.*

146. *Hoppning uppåt med hopknäppta händer vänd åt springstolpen;* medelst en hastig häfknyck af begge armarna, häfver Subj. kroppen uppåt och förflyttar sig i samma ögonblick högre uppåt på den runda stocken hvilket tag för tag fortsättes.

147. *Detsamma vänd ifrån springstolpen.* Med ryggen vänd åt springstolpen göres hoppning i likhet med föregående rörelse. Läraren understödjer Subj. /

149. *De tvenne föregående rörelserna med vinkel i magen.*

150. *Att kränga igenom armarne eller gå omkring den runda stocken med benen.* Om t. ex. Subj. skall kränga sig upp till venster, lägges då venster ben uppå masten, höger ben blir under masten (fötterna vända åt springstolpen), högra handen flyttas under masten till venster sida, på samma sida masten flyttas äfven högra foten så att vristen stöder emot mastens venstra sida och understödjer sålunda venster hand och ben tills Subj. kommer upp på masten, då nedgången sker åt andra sidan med masten emellan knäna; vid nedkomsten är höger fot uppå masten. Uppgången till höger sker efter samma grunder blott i omvändt förhållande, iakttagande altid att den understödjande armen fattas om masten så mycket som möjligt.

Rörelser uti Linorna.

151. *Häfning emellan 2ne linor.* Subj. stående med uppsträckta armar emellan linorna / fattar med en hand uti hvardera linan så att tummen blifver uppåt vänd, häfver kroppen lodrätt uppåt med fötterna tillsammans. Läraren, vänd emot Subj., fattar med en hand på hvardera sidan om Subj. höfter.

152. *Häfning på en lina med händerna bredvid hvarandra.* Med uppsträckta armar fattas en lina hand öfver hand, häfver så upp. Läraren understödjer Subj. som uti den föregående rörelsen.

153. *Häfning på en lina med ena handen för pannan och den andra 2 händers bredd högre upp.* Uti denna ställning med slutna fötter häfver Subj. kroppen lodrätt upp med hufvudet till linan och i lika höjd med den öfversta handen.

154. *Wäxelhäfning emellan 2ne linor.* Linorna fattas och kroppen häfves som uti rörels[en] No 151. Sedan öfverflyttas kroppstyngden med vinklad arm till den ena linan så att munnen blir i lika höjd med tummen, derefter utsträckes denna armen och kropps tyngden öfverflyttas till den andra linan och armen som nu blir vinklad. Läraren kan efter behof understödja Subj.tet. /

155. *Häfning emellan 2 linor med benen i vädret.* Subj. fattar linorna enligt No 151. Benen uppkastas framåt och hufvudet nedfälles bakåt så att kroppen kommer omvänd paralelt emellan linorna, i denna ställning häfves kroppen upp och ned; innan Subj. omvändes ställer Läraren sig uti venster om till höger om högra linan, fattar med sin venstra hand bakföre linan uti Subj. högra axel (eller i dess rock-krage); med sin höger hand framföre linan fattar han Subj. (bakre byx) lår och räknar ett, tu-tre. Vid tre uppkastar Subj. benen med åt magen böjda knän som genast uträtas sedan kroppen kommit uti upp och nedvänd ställning. Åter nedfällningen sker åt samma sida ifrån hvilken uppkastningen skedde. Läraren kan på venster sida om andra linan begangna en handräckning som uti höger om fattar Subj. lika med Läraren men med motsatta händer. Då Subj. sjelf kan göra omkastningen behöfves icke lärarens understödjande. /

156. *Stuphängande häfning under linornas sammandragande och utfö-*

rande. Denna rörelse sker såsom den föregående, men begge linorna fattas af handräckningar som åt sidorna, under Subj. omvända häfning långsamt ömsom eftergifva linornas indragning, ömsom utföra eller åtskilja dem.

157. *Häfning emellan utspända linor.* Häfningen sker som uti rörelsen No 151 men begge linorna äro åt sidorne utspände af tvenne handräckningar.

164. *Alla dessa föregående rörelserna med vinkel i magen under häfningen.*

165. *Häfning rätt upp med en hand.* Subj. med uppsträckt arm fattar en lina, häfver lodrätt upp med så mycket vinklad arm att handen kommer sluten till bröstet i lika höjd med axeln.

166. *Detsamma med vinkel i magen.*

167. *Häfning emellan 2 linor med vinkel bakåt.* Sedan omkastningen är gjord enligt rörels[en] No 155 fälles benen bakåt [så] att kroppen kommer i rät vinkel, benen vinkelrätt emot linorna och den öfriga delen af kroppen med hufvudet nedåt emellan begge linorna.

168. *Häfning på en lina med omvända händer lillfingret öfverst.* Lika med No 152 med den åtskildnad att händerna blifva i omvändt förhållande med lillfingerna uppåt och tummarna nedåt vända, linan framför ansigtet. /

169. *Häfning emellan 2ne linor med armarna i olika höjd.* Den ena handen med fullt utsträckt arm, den andra handen i höjd af munnen fattar hvar sin lina, föröfrigt lika med N:r 151.

171. *De tvenne föregående rörelserna med vinkel i magen under häfningen.*

172. *Äntring på en lina rätt upp.* En hand öfver den andra fattar linan, häfver uppåt och benen fatta linan med fötterna så att ena benet blifver framföre och det andra benet bakföre linan; benen uppvinklas och fötterna fatta linan högre upp, hand öfver hand förflyttas uppåt tills kroppen blifver rak, då åter fötterna förflyttas och sedan händerna o. s. v. hela linan uppåt. Vid nedgången förflyttas den ena handen under den andra. Vid både upp- och nedgång är ansigtet så mycket som möjligt nära linan.

173. *Do med benen förut* (Krängning). Sedan händerna fattat[1] i höjd af bröstet, uppkastas benen på sidan om linan, så att ena foten blifver framföre och den andra bakföre linan, benen upps[k]jutas och tillknipa linan, derefter flyttas den ena handen öfver den andra o. s. v. / Vid nedgången flyttas den ena handen under den andra.

174. *Att gå på en lina utan fötternas tillhjelp.* En hand öfver den andra fattar linan, kroppen med slutna fötter häfves lodrätt uppåt och tag för tag flyttas den ena handen öfver den andra. Vid nedgången flyttas hand under hand.

175. *Detsamma emellan 2ne linor.* Subj. emellan linorna fattar med en hand hvardera linan, häfver kroppen uppåt; på ena linan uppflyttas handen hvarefter den andra handen uppflyttas på den andra linan och så hela vägen. Nedgången efter samma grunder; fötterna slutna och utan kroppens böjning.

176. *Hoppning på en lina.* Händerna fatta linan som uti No 152 och under sjelfva häfningen uppflyttas händerna på en gång; i det samma de återfatta linan, återhäfves kroppen högre upp medelst en häfknyck, då armarna hastigt utsträckas och således tag för tag händerna flyttas högre

---

[1] Hs "fattadt".

uppåt, utan att förändra kroppshållningen och utan sparkning med benen. Vid nedgången eller händernas nedhoppning bör altid armarne vara vinklade, fötterna slutna. /

177. *Hoppning emellan 2ne linor.* Upp och nedgång enahanda med föregående rörelse med den skildnad att en hand fattar hvardera linan och under en hastig häfning förflyttas begge händerna på en gång högre upp med händerna i lika höjd på begge linorna.

178. *Att gå upp på en lina med lillfingret öfverst.* Lika med No 174 men med händerna omvända så att tummarne blifva nedåt och lillfingerne uppåt vända. Linan kan både vara bak- eller framföre kroppen.

179. *Hoppning med fötterna förut emellan 2:ne linor.* En hand fattar hvar sin lina, benen uppkastas med böjda knän och hufvudet nedåt, benen utsträckas, armarna häfver kroppen och begge händerna uppflyttas på en gång, hvarefter benen åter uppsträckas och på samma gång flyttas händerne linorna uppåt o. s. v. Knäna böra väl böjas till lifvet och häfning samt benutsträckning ske med fart. Läraren understödjer med en hand Subj. under och emellan axlarne. Linorna böra vara spända af 2ne handräckningar. /

185. *De sex föregående rörelserna med vinkel i magen.*

186. *Att gå med fötterna på en, och händerne på en annan lina.* Händerne fatta en lina ofvanföre hufvudet, fötterne uppkastas till en annan lina, ju högre desto beqvämligare blir fastgörningen som sker på det sätt att benen tages i korss och att linan fastknipes emellan fötterne så att den kännes emot öfversta fotens vrist, hand om hand uppflyttas på den ena linan, derefter uppföres fötterne på den andra linan, under det kroppen håller sig utsträckt med hufvudet bakåt.

187. *Öfverflyttning ifrån en lina till en annan* (resning). Först äntrar Subj. upp på en lina tills han kommer på halfva linan sedan fattar en hand närmaste linan, dit fötterna förflyttas och sedan den andra handen och på samma sätt öfverflyttar Subj. sig till alla de andra linorna.

188. *Resning på hvarannan lina.* Den första linan eller den som är närmast masten tillika med hvar udda lina är nedhängande, de öfrige jemna eller hvarannan lina föres åt sidan af en handräckning. / På den första linan uppgår Subj. som uti föregående rörelse iakttagande att denna lina blifver så mycket stilla som möjligt, derefter skiljes det ena benet från linan, utsträckes med fart emot masten, så att linan förer Subj. närmare nesta nedhängande lina, der nermaste handen fattar denna lina och förer den nermare åt masten hvarest då till denna fattade lina först benen och sedan den andra handen förflyttas hvarefter sedan, under farten bortåt, närmaste lina eller mast fattas, på hvilken Subj. efter föregående sätt förflyttar sig iakttagande att altid vid resning den ena handen flyttas först, sedan benen och då de rigtigt fångat linan, den andra handen.

189. *Resning baklänges ifrån den ena till den andra linan.* Händerne fatta en lina ungefär i höjd af bröstet, benen uppkastas, så att ena foten blifver framföre och den andra bakföre linan; med en af händerna föres nedersta ändan af linan öfver hufvudet från nesta lina / denna fattas med närmaste hand, benen förflyttas i samma ställning på denna linan och sedan fötterne fångat densamma flyttas den andra handen; nedersta ändan af denna linan kastas öfver hufvudet och Subj. förflyttar sig till nästa lina.

190. *Resning baklänges på hvarannan lina.* På den närmast masten varande linan uppkastas benen som uti föregående rörelse, hvarannan lina är åt sidan undanförd. Sedan nedersta ändan af linan är förd åt masten, skiljes det åt masten varande benet ifrån linan och utsträckes med fart

emot masten då öfverflyttningen verkställes på enahanda sätt med de 2ne föregående rörelserna.

191. *Omstjelpning emellan 2ne linor.* Lika med No 155 men fötterna fällas neråt till marken ifrån det håll der uppkastningen skedde hvarefter benen återföras tillbaka framåt och neråt. Läraren understödjer Subj. med en hand under magen. /

192. *Omstjelpning med ett ben i vinkel* (wäderqvarn). Lika med föregående med den skildnad att ett ben är upplyftadt och formerar rät vinkel med den öfre kroppen, det andra benet är rakt nedsträckt och i linie med kroppens öfre del.

193. *Att ligga i horisontal ställning efter omstjelpningen.* Lika med No 191 men benen fällas ej längre nedåt efter omstjelpningen än att fötterna blifva i lika höjd med axlarne, kroppen vågrätt, axlarne med armarne något böjda stadnar emot linorna med hufvudet tillbaka uppåt, fötterna slutna. Benen underbäras i början af Läraren.

194. *Att göra fast i Linan.* Sedan Subj. uppgått[1] på halfva linan, kastas linan om det ena benet, så att linan kännes vid ljumsken, bakom vaden och yttre smalbenet samt öfver vristen och fotens indre del. Den andra foten sättes så öfver linan att begge fötterna fånga linan.

195. *Att hänga i benen.* Begge benen uppkastas / på en lina såsom uti No 173; under kroppens häfning fastgöres ena benet såsom uti föregående rörelse men nu i dess ställe med fötterna uppåt, och sedan begge fötterna fångat linan, släpper händerna linan och kroppen fälles med hufvudet nedåt.

196. *Flygning ifrån sittande ställning.* Fastgörningen sker som uti No 194, sedan föras begge armarna på ena sidan om linan, altid åt samma sida som benet blifvit fastgjord[t], kroppen fälles framåt och armarne utsträckas. Vid nedgången återfattar händerna linan och benen återföras som till äntring.

197. *Att vända på linan.* Subj. uppgår på linan såsom uti No 172, derefter uppkastas benen och fötterna fånga linan såsom uti No 173; sedan fötterne tillknipet linan släppes händerna och kroppen nedfälles så att ansigtet blir vändt nedåt emot linan, händerne återfatta linan så att tummarne blifva neråt vända kroppen sträckes och hand om hand nergår Subj. Läraren sträcker linan och efterser Subj. rörelser. /

198. *Att stupa framåt hvilande på tåspetsarne och spänna ut linorna.* Subj. stående på marken emellan 2ne linor fattar med en hand hvardera linan i höjd af axlarne, fäller kroppen framåt, på marken stödjande sig på tåspetsarne utsträcker armarne åt ömse sidor, benen tillsammans och raka.

199. *Häfhängande knänedtryckning.* Subj. stående emellan 2:ne linor fattar desamma med utsträckta armar, häfver kroppen uppåt, vinklar upp låren, med böjda knän fötterne nedåt. Läraren fattar med sin arm under Subj. och med den andra handen nedtrycker dess knän hvilka Subj. åter uppförer under Lärarns motstånd.

200. *Bröströrelse emellan 2ne linor.* En hand fattar hvardera linan, så att armbogarne komma i lika höjd med axlarne. Läraren stående bakom Subj. fattar med sina händer om linorna straxt under armbogarne, sätter sitt hufvud emot Subj. rygg, drager linorna något bakåt och på detta sätt framskjuter Läraren Subj. bröst. Under rörelsen häfver Subj. kroppen på tå. /

---

[1] Hs "uppgådt".

Rörelser på Slapp Linan.

201. *Äntring med hufvudet förut.* Linan fasthålles midt på af några handräckningar på det den ej må slänga. Subj. fattar linan med begge händerna på något afstånd ifrån Handräckningarne, häfver kroppen uppåt och uppkastar sitt ena ben så att linan kännes uti knävecket, knäet så nära händerna som möjligt, det andra benet förblifver rakt och åt sidan utsträckt i linie med motsatt axel, vristen sträckt och tåspetsen uppåt och utåt. Då det utsträckta benet skall uppföras på linan t. ex. om det är det högra benet som skall vinklas och den högra handen är ofvanföre den venstra så uppföres den venstra handen ofvanföre den högra (så långt upp på linan som är möjligt); venstra armen drager kroppen uppåt, högra benet uppvinklas på linan och så nära intill högra handen som möjligt samt venstra benet utsträckes åt sidan o. s. v. Vid nedgången iakttages att den öfversta handen flyttas under den förut varande / nedersta. Händernas förflyttning samt benskif[t]nnigen vid upp och nedgången sker på räkning af *Ett* och *Tau.* Läraren med en hand understödjer Subj. rygg och efterser att kroppens öfre del ej slänger, samt att Subj. hufvud är nära intill linan. I början öfvar Subj. att blott skifta benen å linan utan att händerne förflyttas.

202. *Äntring med benen förut* sker i likhet med föregående rörelse, men med den skildnad att benen äro vända förut och att kroppen drages väl framåt.

203. *Äntring med kroppen vänd ifrån linan nedåt.* Subj. ställer sig under linan, fattar den med händerna midt öfver hufvudet kastar upp sitt ena ben bakåt så att fotvristen hvilar på linan, det andra benet hålles sträckt, för öfrigt förhåller sig Subj. som uti No 201.

204. *Enkel volte med båda benen.* Subj. står vänd [1] med ryggen till linan eller med ansigtet emot linans öfre ända, kastar upp t. ex. sitt högra ben med linan i knävecket, det venstra benet sträckt, högra handen fattar linan på andra sidan om höger ben åt höger, med fingrarna uppåt, den venstra fattar bortom den högra med afvig vänd / hand, venstra benet föres bortom venstra handen, så att händerna blifva emellan benen, venstra benet tryckes till linan, höger ben släpper den och föres äfven öfver till venster ben som då sträckes, linan blir då i högra benets knäveck o. s. v.

205. *Dubbel volte med ett ben.* Sker efter samma grunder som föregående rörelse men venster ben föres ej öfver utan hålles sträckt och gifver fart åt höger ben som genast kommer bortom händerna med linan i knävecket. Under vändningen äro armarne vinklade, magen och hufvudet tätt intill linan, dessa rörelser ske så väl åt höger som åt venster. Nedgången sker i likhet med No 202 med äntring.

206. *Gång baklänges utan fötternas tillhjelp.* Subj. vänd emot mitteln af linan fattar den, vinklar sina armar, benen raka och slutna, och flyttar hand om hand såsom uti No 174.

207. *Do gång rätt fram.* Subj. vänd med ansigtet emot linans öfre ända, förflyttar sig för öfrigt som uti No 206.

209. *De tvenne föregående rörelserna med vinkel i magen. /*

210. *Ringning i sittande ställning framåt.* Subj. sittande på linan med böjda knän fattar linan med en hand på hvardera sidan om kroppen med tummen och flathanden framåt vända, händerna ej för långt ifrån kroppen. Subj. svänger sig omkring framåt under linans indragning och benens

---

[1] "vänd" (här och annorstädes) förklaras genom att "subjektet" = rörelsetagaren.

utsträckande som derigenom hjelper kroppen att åter uppkomma o. s. v. men iakttages att händerna löpa omkring linan på det den ej må vridas.

211. *Detsamma bakåt.* Subj. förhåller sig som uti föregående rörelse med den skildnaden att Subi. svänger sig bakåt med fart och utan att sträcka benen.

212. *Do sittande grensle öfver linan framåt.* Lika med No 210 med den skildnaden att Subj. sitter grensle på linan som drages väl intill skräfvet.[1]

213 *Do bakåt.* Subj. förhåller sig som uti No 211 och med ett ben på hvardera sidan om linan svänger sig bakåt.

214. *Do stående på linan framåt.* Subj. står på linan hållande den med händerna som uti No 210, drager linan väl intill kroppen, vinklar sina knän, svänger sig omkring och när kroppen passerat 3/4 af omsvängnin/gen sträckes knäna som derigenom upphjelper Subj.tet.

215. *Do bakåt.* Subj. svänger sig bakåt sedan linan är väl dragen intill kroppen och fotsulorna noga tryckta intill densamma; för öfrigt som i föregående rörelse.

216. *Sträcksittande bakåt nedfällning.* Subj. sitter på linan som uti No 210 med fötterna under vippmasten fixerade af en handräckning. Med händerna i sidan fäller Subj. sig långsamt bakåt och uppreser sig lika långsamt, sedan kroppen kommit i horizontel ställning. Läraren understödjer Subj. med en hand emot dess rygg —

217. *Do med uppsträckta armar.* Sedan armarna äro uppsträckta paralelt med öronen göres rörelsen i likhet med föregående nummer.

218. *Kämpning på linan emellan 2ne personer.* 2ne personer sätta sig grensle på linan, ansigtena vända emot hvarandra, hållande linan med yttre händerna, fattar med de indre händerna hvarandra i kragen, svänger omkring linan; föröfrigt beror det på Subj. vighet och skicklighet; både händer och ben äro behjelpliga men man bör vara försigtig att man ej skadar hvarandra / inga sparkningar får äga rum. Den som med fötterne först når mark har tappat.

219. *Kämpning emellan 3ne personer* sker efter samma grunder. Två kämpa emot En, den som kämpar ensam sitter emellan de båda andra.

220. *Sträckning emellan linan och Springstolpen.* Händerna fatta linan, benen uppföres (i lika höjd med händerne) på den midt emot stående springstolpen med fötterna och vristen emot samma pinne. Subj. med nedböjdt hufvud söker bibehålla och uppbära sig i denna utsträckta horisontela ställning. Läraren och en handräckning underbär på det nogaste Subj.tet.

221. *Krypning uppåt med att hålla benen stilla.* Subj. sitter grensle på linan, fattar med båda händer linan åt samma sida, svänger sig omkring ju fortare desto bättre och dragande kroppen under svängningen uppåt, benen hålles raka.

222. *Äntring rätt uppåt med slutna fötter* sker på enahanda sätt såsom på lodrätt lina No 172. /

223. *Att ligga på linan.* Subj. lägger sig på linan ifrån grensle sittande ställning, händerne fatta linan ofvanföre hufvudet benen uppföras och lägges raka öfver hvarandra så att linan kommer emellan hälarna. Då Subj. fått balancen sättes händerna i sidan.

224. *Kullbytt från liggande ställning.* Då Subj. har föregående ställning med händerne ofvan hufvudet bringar Subj. linan i gungning rätt upp och ned, ger fart med fötterna, gör kullbytt bakåt (med ena axeln

---

[1] Skräfvet = skrev, gren (på kroppen).

emot linan) så att Subj. kommer att sitta i grensle på linan med ansigtet framåt vändt, kroppen rak och händerne qvarhållande linan.

225. *Uppsittning ifrån äntring.* Subj. ställning är som uti No 201. Om t. ex. höger ben är uppvinkladt på linan, göres först ett slag med venster ben, för att gifva fart åt det högra som genast med sträckt knä föres på linan tätt intill ljumsken så att Subj. kommer sittande i grensle på linan.

226. *Detsamma med båda benen emellan armarna.* Sedan Subj. innehar ställningen i No 225 och fattat [1] linan med en hand på hvardera sidan / om kroppen, en hand släpper linan; ena benet föres sträckt öfver linan så att båda benen komma tillsammans och handen återfattar genast linan.

227. *Do stående att slänga upp båda benen på en gång ifrån sidan.* Om Subj. har linan till höger om sig, fattas den af båda händer intill hvarandra. Subj. tager satts med fötterna och förer benen tillsammans med sträckta knän öfver linan så att Subj. blifver sittande, den venstra handen fattar genast linan.

228. *Att krypa igenom med benen och stadna emot fotvristen.* Subj. fattar linan med åtskilda händer, flathanden uppåt vänd, kastar hufvudet bakåt och fötterna uppåt emot linan emellan händerna så att fotvristerna hvila emot linan, magen framföres så att kroppen formerar en båge hvarefter fötterne nedföres åter till marken åt samma håll hvarifrån de uppkastades.

Rörelser vid Wippmasten.

229. *Äntring under masten framåt.* Subj. lägger sig under masten och fångar med en arm på hvardera sidan om den, ansigtet vänd[t] emot densamma. Händerne och ett ben som stödjer ofvan på masten, uppber / Subj.tet. Det uppvinklade benet bör vara så nära händerne som möjligt, det andra benet utsträckt i samma linie med motsatt axel såsom t. ex. om venstra benet är uppvinkladt på masten med högra handen ofvan den venstra så är det högra benet i linie med venstra axeln; det sistnämde benet med sträckt fotvrist och tåspetsen uppåt och utåt. Då det högra benet skall vinklas, flyttas venstra handen ofvan den högra, drager kroppen uppåt, högra benet vinklas intill högra handen och venstra benet sträckes åt sidan. Vid nedgången iakttages att den öfversta handen flyttas under den förut varande nedersta. Händernas förflyttning samt benskiftningen vid upp och nedgången sker på räkning af *Ett* och *Tau.* Läraren fattar med sin ena hand Subj. ena arm vid handlofven för att i början understödja (ett mindre) Subj. som då blott öfvas att skifta benen å masten (utan / att händerna förflyttas). Läraren efterser att Subj. hufvud är nära intill masten.

230. *Äntring med benen förut* sker i likhet med föregående rörelse men med den skildnad att benen äro vända förut och att kroppen drages väl framåt.

231. *Do med volte.* Subj. ställning som i No 229. Om volten sker åt venster flyttas högra handen först på samma sida som den venstra, högra benet föres under masten intill högra handen så att händerna äro emellan låren, knäna böjda; sedan flyttas venstra benet sträckt under masten till andra sidan, sedermera venstra handen o. s. v. Men iakttages att ombyta volten åt motsatt sida så att ingen ensidighet blifver.

[1] Hs "fattadt".

232. *Ryggböjning under masten.* Subj. lägger sig under masten med ryggen uppåt vänd, fattar med händerne om masten, kroppen utsträckes och häfves uppåt stödd emot tåspetsarne så att hela Subj. kropp utan någon böjning blifver tätt ansluten emot masten. Hufvudet vänd[t] emot mastens storända. /

233. *Att gå på handlofvarne.* Subj. fattar med sina händer masten ofvanpå med tummarne inåt och de öfrige fingrarne utåt vända, häfver lodrätt upp så att kroppstyngden hvilar på handlofvarne och händerne åtskilda. Om t. ex. venster hand är åt mastens storända, flyttas kroppstyngden på venster handlofve, höger hand flyttas intill den venstra, sedermera flyttas kroppstyngden öfver på höger, och venster hand flyttas o. s. v. Läraren understödjer Subj. med fattning omkring höfterna. Innan gång begynnes, bör Subj. vinkla sina armbogar för att öfvas att långsamt häfva kroppen.

234. *Detsamma med händerne i korss.* Subj. ställning som i föregående rörelse men då kroppstyngden är öfverflyttad på venster hand, flyttas höger hand ofvan om venster; sedermera flyttas kroppstyngden på höger, och venster hand föres framom höger o. s. v. Vid tillbaka gången förhåller det sig efter samma grunder.

236. *Do med fingrarne inåt vända.* Lika med föreg. No 233 & 234 med den skildnaden att tummarne är utåt och de öfriga fingrarne inåt vända. /

237. *Hoppning med händerna, fingrarne utåt vända.* Subj. ställning som uti No 233. Subj. vinklar något sina armbogar, ger en knyck med båda handlofvarna på en gång och flyttar händerne uppåt utan sparkning med benen. Läraren förhåller sig som uti No 233. Nedgången sker efter samma grunder.

238. *Do med fingrarne inåt vända.* Ställningen som uti No 236. Subj. förhåller sig för öfrigt som uti No 237.

239. *Att kränga sig upp och sitta på masten.* Subj. ställning som uti No 229. Om t. ex. Subj. skall kränga sig upp till venster, flyttas högra handen under masten till dess venstra sida (af masten) och understödjer sålunda venster hand och ben tills Subj. kommer i grensle sittande upp på masten. Krängningen till höger sker i omvändt förhållande.

240. *Att gå uppå masten rätt fram.* Subj. ställer sig vid mastens nedre ända med ansigtet vänd[t] emot dess öfre, utsträcker sina armar rakt åt sidorne såsom tjenande till balancer stång. Under gången går Subj. fot om fot med tåspetsarne utåt vända, hufvudet rätt fram med ögonen sneglande på masten. Stegen afpassas så att masten kommer midt under fotsulorna. /

241. *Do baklänges* sker efter samma grunder.

243. *Do tvenne föregående rörelserna med händerna i sidan.* Subj. iakttager då att hafva benen något böjda.

244. *Att vända sig stående på masten.* Sedan Subj. böjt[1] sina knän, göres vändningen på stället medelst fötternes roterande utan att ombyta eller förflytta fötterne ifrån masten.

245. *Att stå på masten med ena benet på knä.* Subj. ställning som i No 240. Om t. ex. högra foten är framföre, nedböjes kroppen lodrätt på högra benet, venstra benet vinklas bakåt, kroppen sänkes så mycket att venstra knäet hvilar på masten med vristen utåt vänd tvärs öfver den och bakom högra hälen, venstra tåspetsen inåt mot masten vänd, kroppen uppstår långsamt, venstra foten flyttas framför den högra och högra benet

[1] Hs "böjdt".

böjes på enahanda sätt. Läraren understödjer Subj. som har sina armar åt sidan utsträckta.

246. *Att sänka ned på ett ben.* Sker efter samma grunder som föregående rörelse men med den skildnaden att intet ben vinklas upp på masten utan hålles det nedfällda benet sträckt lodrätt med den öfrige kroppen.

248. *De tvenne föregående rörelserna med händerna i sidan.*

249. *Hoppning öfver masten med tillhjelp af båda händer.* Om Subj. står med venster sida vänd emot / masten, fattar venstra handen masten med tummen inåt och de öfrige fingrarne utåt vända, venstra handen något framom kroppen, den högra med sträckt arm framför den venstra med tummen utåt. Subj. tar satts, för kroppen med slutna ben öfver masten, kommer ned på andra sidan af den med böjda knän. Ansigtet vändt åt samma håll som det förut var. Då kroppen är i luften hvilar kroppstyngden på venster arm. Då Subj. kommit öfver, släpper venster hand och höger fattar masten. Då venster hand är framför höger sker öfverhoppningen i motsatt förhållande. Läraren står på andra sidan om masten med Subj. vänd emot masten och fattar med sin ena hand Subj. (eftersta) kroppstyngda arm; med den andra handen understödjer han Subj. gump.

250. *Hoppning öfver masten med tillhjelp af en hand.* Sker såsom föregående rörelse med den skildnaden att den från masten vända armen är nedhängande vid sin sida men fattar masten efter öfverhoppningen.

251. *Hoppning med volte och båda händernes tillhjelp.* Sker efter samma grunder som No 249, / blott med den åtskildnad att kroppen vänder sig i luften så att efter nedkomsten ansigtet är vänd[t] åt motsatt håll och samma hand är qvar på masten efter volten på hvilken kroppstyngden hvilade vid öfverhoppningen.

252. *Do med hand och enkel volte.* Den på masten hvilande handen framsättes framför kroppen med sträckt arm, och Subj. tager fart och gör öfverhoppningen samt volten med den andra armen invid sidan, ansigtet efter volten vändt åt motsatt håll.

254. *De tvenne föregående ställningarne med dubbel volte,* som göres med den åtskildnad att kroppen vänder sig ett hvarf i luften så att efter nedkomsten ansigtet blir vändt åt samma håll hvarifrån upphoppningen skedde och den hand på hvilken kroppstyngden hvilade vid volten lämnar masten och vid Subj. nedkomst till mark fattar den andre handen masten.

260. *De sex föregående öfverhoppningarne med benen åt motsatt håll.* Benen vändes då uppåt eller åt mastens storända och rörelserna göres efter samma grunder. Läraren iakttager vid dessa tillfällen att understödja Subj. som uti rörelsen No 249. /

261. *Sänkning på en fot med det andra benet uppsträckt i rät vinkel.* Sker på enahanda sätt som No 246 blott med den skildnaden att ett ben utsträckes framåt i rät vinkel emot kroppen, armarne utsträckta åt sidorna.

262. *Detsamma med armarne i sidan.*

264. *Gång i dessa ställningar.* Sedan Subj. är nedsänkt som i föregående rörelser, sättes det utsträckta benets fot på masten, kroppstyngden öfverföres på den och kroppen föres framåt, det andra benet utsträckes framåt i rät vinkel emot kroppen o. s. v.

265. *Att fatta uti masten med båda händer och slå benen uppåt.* Subj. fattar masten med begge händer, slår upp benen och sträcker dem tillika med armarne så att kroppen kommer horisontelt.

266. *Do att fatta masten med avigt vända händer.* Subj. kastar då

upp benen sedan masten blifvit fattad med tummen utåt och de öfrige fingrarne inåt vända. Läraren och en handräckning underbär Subj. i dessa 2ne rörelser såsom vid krupphäfning å hästen No [1].

267. *Att gå ikring masten.* Subj. upphoppar hvilande på handlofvarne såsom uti No 233, fäller hufvudet framåt emot mastens andra sida, omvänder händerna med fingrarne åt den sida dit åt tummen förut var och nedfäller benen åt samma sida som hufvudet; händerne qvarhålla masten / derefter uppkastas benen öfver masten som tillika med den öfrige kroppen nedgår till marken.

268. *Echappé med fötterne utom.* Subj. gör ansprång emot masten, fattar dem med händerne tillsammans så att tummen är inåt och de öfrige fingrarne utåt vända, tager satts och uppböjer knäna på en gång och öfverhoppar masten med en fot på hvardera sidan om armarne; vid nedkomsten till mark äro knäna böjda.

269. *Echappé med fötterne emellan armarne.* Sker lika som föregående rörelse men händerne äro mera åtskilda på masten och fötterne föras nu emellan armarne.

270. *Do med ett ben inom och ett ben utom.* Ett ben föres nu emellan armarne, den andra foten på yttre sidan om den ena armen för öfrigt lika med 268. I dessa 3 rörelser står Läraren och en handräckning på den sidan af masten dit åt öfverhoppningen sker, i venster och höger om och fattar med sina främre händer Subj. armar och med de andre händerne underst[ödjer] dess gump. /

273. *De tre föregående rörelserna med enkel volte.* Subj. vänder sig vid öfverhoppningen så att ansigtet blir vänd[t] emot masten.

274. *Sidorörelse vid masten med fötterna tillsammans.* Subj. står i venster eller höger om emot masten så högt upp att höften stöder emot den; fötterne slutna, den armen som är åt masten, vinklas så att handen kommer bakom nacken, den andra handen i sidan, kroppen lodrät, benen raka. Läraren står på andra sidan om masten; t. ex. om Subj. står i vensterom, fattar Läraren med sin venster hand på Subj. venstra axel, den högra handen fattar under Subj. högra armhåla med högra armen längst Subj. rygg, för att styra Subj. att det ej vacklar. Lärarens venster hand nedböjer Subj. åt sig, ej för länge åt sidan; Subj. gör motstånd och vid uppresningen gör Läraren motstånd hvarefter rörelsen göres åt motsatt sida.

275. *Med fötterne åtskilda.* Sker i likhet med föregående rörelse blott med den skildnaden att Subj. fötter äro åskilda omkring en aln rätt efter hvarandra; den foten som är inåt masten skall vara främst. /

276. *Ryggböjning emot masten med fötterna åtskilda händerne för pannan.* Subj. står med ryggen emot masten i lika höjd med kors[s]et, fötterna åtskilda omkring en aln, tåspetsarne väl utvridna, händerne fletade tillsammans för pannan, armbogarne i lika höjd med handlofvarne, hufvudet något ned åt böjdt, knäna raka. Läraren står på andra sidan om masten bakom Subj., fattar med sina händer dess armbogar och drager Subj. tillbakas under dess motstånd, ej för långt bakåt, iakttager att ej armbogarne på Subj. sänkes; vid uppresningen gör Läraren motstånd. Denna rörelse bör först ske med slutna fötter.

277. *Sträcksittande bakåt nedfällning med händerna i sidan.* Subj. sitter på masten hvilande med knävecken emot densamma, benen fixerade af en handräckning. Med händerna i sidan fäller Subj. sig långsamt bakåt och uppreser sig lika långsamt sedan kroppen kommit i horizontel ställ-

---

[1] Siffran ej utskriven; No 523 handlar om "krupphäfning".

ning, magen bör vara uppåt hvälfd. Läraren understödjer Subj. med en hand emot dess rygg. /

278. *Do med uppsträckta armar.* Sedan armarna äro uppsträckta paralelt med öronen, göres fällningen bakåt i likhet med föregående rörelse. Läraren fattar då om Subj. handlofvar. I dessa 2ne rörelser bör en mindre dyna hvila på masten under Subj. knäveck.

279. *Benrörelse att lägga ena benet på masten och kröka hufvudet emot knäet.* Subj. står vänd emot masten, uppför sitt ena ben med häln emot masten, tåspetsen uppåt, kroppen så långt ifrån masten att begge benen blifva raka. Sedan böjer Subj. framåt så att ansigtet kommer intill knäet på det benet som är på masten — Benen ombytes.

280. *Böjning med hufvudet till masten, benen ikring masten fastgjorda.* Subj. förer kroppen under masten och omfångar densamma med armarne. Sedan uppföres benen med fötterne uppå masten och med den ena foten framför den andras vrist, händerna släpper masten och sättas i sidan; den öfre delen af kroppen nedfälles och åter uppföres med hufvudet till masten utan händernas hjelp. Läraren med ena hand understödjer Subj. rygg med sin andra hand fixerar dess fötter. /

Rörelser vid Stängerna. [1]

281. *Häfning emellan 2ne stänger* (Se No 151)
282. *Häfning rätt upp på en stång.* (Se No 152)
283. *D:o med ena handen för pannan och den andra 2 händers bredd högre upp.* (Se No 153)
284. *Wäxelhäfning emellan 2ne stänger.* (Se No 154)
285. *Häfning emellan 2ne stänger med händerne i olika höjd.* (Se No 169)
290. *Desse föregående rörelser med vinkel i magen* (Se No 164)
291. *Häfning emellan 2ne stänger med benen i vädret.* (Se No 155)
292. *Äntring på en stång rätt upp.* (Se No 172)
293. *Krängning.* (Se No 173)
294. *Att gå upp på en stång utan tillhjelp af fötterna.* (Se No 174)
295. *Detsamma emellan 2ne stänger.* (Se No 175)
296. *Hoppning på en stång.* (Se No 176)
297. *Detsamma emellan 2ne stänger.* (Se No 177)
301. *De fyra föregående rörelserna med vinkel i magen.* (Se No 185)
302. *Hoppning emellan 2ne stänger med benen förut.* (Se No 179)
303. *Att vända sig om på en mast.* (Se No 197)
304. *Öfverflyttning från Stång till Stång.* (Se No 187)
305. *Resning baklänges.* (Se No 189) med den skildnaden att der linan kastas öfver hufvudet släpper nu i dess ställe händerna Stången; kroppen nedfälles och föres på mastens andra sida då händerna återfatta den.) /

306. *Att göra fast på en stång.* Subj. äntrar upp på en stång enligt No 292, släpper den med händerna och tillkniper masten med ben och fötter, och händerna sättas i sidan. Nedgången sker på det sätt att Subj. nedskrider på masten och växelvis en hand i sender fattar masten, då den fria handen sättes i sidan.

307. *Bröströrelse emellan 2ne stänger.* Subj. stående emillan 2ne stänger med slutna fötter armarne uppvinklade så att armbogarne äro i

[1] I margen står: Rörelserna från och med No 281 till och med No 305 göres efter samma grunder som de motsvarande rörelserna vid Linorna.

lika höjd med axlarne, händerne fatta om masten så att underarmarne tillika med armbogarne stödjer emot dem. Läraren står bakom Subj. läggande sina händer med fingerspetsarne uppåt, straxt nedanföre och emellan Subj. axelblad tryckande inåt och uppåt under det att Subj. på tå häfver och sänker sig.

308. *Axel och öfverarms rörelse emellan 2ne stänger.* Subj. stående emellan stängerne fattar dem framföre med tummen inåt vänd, händerne i lika höjd med höften. En handräckning på hvardera sidan om Subj. fattar med sina händer om Subj. handlofvar för att hålla dem fast vid masten. Läraren står bakom Subj. och fattar det under armarne för [att] understödja det. / 3dje handräckningen fattar uti fötterna, skiljer dem varligt från marken, förer dem framåt och uppåt. Subj. håller sin kropp rak med magen väl uppburen. Ju högre benen uppföres desto starkare blifver rörelsen, fötterne nedföres derefter varligt till mark.

309. *Motrörelse med benen åt motsatt sida.* Subj. är stående såsom uti föregående rörelse, handräckningarne vid händerne iakttaga detsamma men 3dje handräckningen är nu bakföre Subj. och uppför benen bakåt. Läraren står framföre Subj. och understödjer det i likhet med No 308.

310. *Äntring på fyrkantig stock, med benen omkring stocken.*

311. *Detsamma med benen vid kanten och sidan.* Både denna och föregående rörelse sker efter samma grunder som vanlig äntring.

312. *Krängning på fyrkantig mast.* Subj. böjer sig bakåt emot masten omfattar densamma med armar och händer, uppkastar benen så att ett lår fånga[r] den på hvar sin sida, ansigtet och ena fotens vrist emot mastens framsida, den andra fotens häl emot dess baksida: Uppflyttas först händerne högre och sedan fötterne. *Anm.* Vid gång på de tjocka runda masterne omfattas de altid af armar och händer — händerne kunna äfven fletas tillsammans, då begge händerna på en gång uppflyttas. /

Rörelser uti Stegan.

313. *Enkel Slingring.* Subj. sätter in begge benen i ett af stegen; om t. ex. Subj. skall vända sig till venster fattar det med höger hand uppåt på 2dra pinnen (räknadt ifrån den Subj. sitter på) med tummen inåt och de öfrige fingrarne utåt vända, handen väl till venster, venstra handen fattar med fingrarne inåt och tummen utåt till höger, så att en hand blifver på hvardera sidan om pinnen och armarne korssa hvarandra, kroppen upphäfves och vrider sig till venster; hufvudet kommer då emellan båda armarna och Subj. flyttar sig upp på nästa pinne som förut var emellan knäen och händerna o. s. v. Skall vändningen ske till höger flyttas händerne i motsatt förhållande. Nedgången sker på enahanda sätt, men händerne nedflyttas då i korss på närmaste pinne öfver den Subj. sitter på, fötterne införes i steget nedanföre. Subj. nedfaller då i det hålet med böjda knän, omvrider kroppen och utsträcker armarne. Vid uppgången af ett större Subj. äro äfven benen behjeplige; innan häfningen sker utdrages då det ena benet / utur steget och foten stödjes emot den pinnen Subj. sittit på.

314. *Korss slingring.* Om Subj. sitter till höger i stegan, fattar venstra handen med fingrarne utåt steget till venster om mellanträdet tätt intill det, högra handen fattar med fingerspetsarne inåt vända på samma pinne som den venstra (eller på 2dra pinnen räknadt ifrån den Subj. sitter på), kroppen häfves uppåt och vrider sig till åt venster. Subj. kommer då att sitta på mellan pinnen på andra sidan tvärträdet o. s. v. Nedgången sker på det sätt, att om Subj. t. ex. har mellanträdet till venster om sig, fattar

den högra handen (med fingerspetsarne utåt) pinnen midt för bröstet tätt intill mellanträdet; venstra handen fattar med fingrarne inåt samma pinne så att armarne korssa hvarandra. Subj. vrider sig åt höger och förer fötterna slutna till andra sidan af mellanträdet, kroppen nedsänkes o. s. v. Vid upp och nedgång åt motsatt håll blifver händerne i motsatt förhållande.

315. *Slingring emellan 2 steg i bredd.* Sker efter samma grunder som föregående rörelse blott med den skildnaden att Subj. på andra / sidan om tvärträdet fattar närmsta pinne öfver den det sitter på och med väl uppvinklade ben slingrar sig således uti 2ne i bredd varande steg.

316. *Slingring utom och igenom ena steget.* Om Subj. har ställningen som uti No 314, flyttar det venstra foten upp, på samma steg som det sitter på, reser sig något upp, fattar med sin höger hand utom ytterträdet 2dra steget från det som det sitter på, så att tummen kommer uppåt och utåt, fingrarne inåt, venstra handen fattar samma steg bortom den högra så att tummen kommer nedåt och inåt, fingrarne utåt och nedåt, häfver upp åt, för hufvudet under det steget händerne fattade, vinklar väl magen och knäen, förer kroppen utom ytterträdet och vänder sig utåt, så att Subj. kommer sittande på steget, som i första ställningen var emellan knäna och händerna. Benen slutne och utan slängning å kroppen o. s. v. Nedgången sker på det sätt att venster hand fattar med fingrarne utåt tätt intill ytterträdet, högra handen fattar samma / steg med fingrarne inåt så att armarna korssa hvarandra, höger ben föres utom kring ytterträdet med tåspetsen invriden och stödjande emot det understa steget. Kroppen föres sedan utomkring ytterträdet med benen tillsammans så att Subj. kommer i sittande ställning ned på steget o. s. v.

317. *Slingring utom och igenom ena steget med fötterna förut.*

318. *Do korss slingring med dito.* Både denna och föregående rörelse sker efter samma grunder som No 316 blott så att benen äro förut och fotvristerna äro behjelpliga.

319. *Häfning på ett steg,* sker i likhet med rörelse No 5.

320. *Gång i stegan då den är upphissad i en lutande ställning.* Subj. går under stegan i likhet med rörelse No 11.

321. *Do utan fötternas tillhjelp.* Sker på enahanda sätt såsom gången uti No 8.

322. *Do att hoppa i stegan.* Sker såsom No 9.

324. *De tvenne föregående rörelserna framlänges eller med ansigtet åt motsatt håll.* Göres efter samma grunder.

328. *De fyra föregående rörelserna med vinkel i magen.*

337. *Alla dessa rörelser då stegan är upphissad horisontel* hvarvid iakttages att Subj. då vid Gång och hoppning bär en fallgördel, hvars lina löpande genom stegens öfre tvärträd ledes af Läraren ifall Subj. skulle slinta [1]. /

338. *Häfning på sidbommen med tummarne tillsammans.* Subj. står vänd emot ytterträdet, fattar det med båda tummarne tillsammans i lika höjd midt för pannan, de öfrige fingrarne på andra sidan om sidbommen, kniper väl till, och häfver kroppen uppåt så att munnen kommer i lika höjd med tummarne, samt sänker sig derefter nedåt.

339. *Armrörelse, att ligga på knä och skjuta fram stegan.* Stegan föres framåt, Subj. står på knä (å en dyna) kroppen lodrätt utan att svanka ryggen; Stegan fattas på nedersta steget med en hand vid hvardera ytterträdet, Subj. utsträcker sina armar utan att föra lifvet eller hufvudet till-

---

[1] Orden "bär — tvärträd" äro, utom ordet "lina", tillskrivna av Ling själv över en strykning; steg*ens* eller steg*ans*.

baka, hvarefter armarne åter vinklas hvilket repeteras några gånger. Läraren står framför stegan, fattar den och gör svagt motstånd då Subj. armar utsträckes; då armarne skola vinklas, nedtrycker Läraren stegan, då Subj. gör motstånd med oförändrad ställning.

340. *Sträckning framåt emellan stegan och plinten.* Subj. fattar stegan ej långt från marken med en hand vid hvardera sidbommen, tåspetsarne stödjande mot plinten, 2 à 3 handräckningar på andra sidan af stegan förer småningom ut den. Läraren står vänd emot Subj. och fattar det med en / hand om axeln och en i korsset, kommenderar handräckningen mot stegan att föra ut den till dess att Subj. kommer i en rak utsträckt ställning. Subj. skall då sjelf uppbära sig.

341. *Sträckning bakåt emellan stegan och plinten.* Subj. böjer sig bakåt, fattar stegan och uppbär sig sjelf i en bågformig ställning med fötterna emot plinten. Lärarens och handräckningarnes iakttagande för öfrigt lika med No 340. Läraren kan i denna och föregående rörelse begangna en på andra sidan om Subj. mot sig stående handräckning som fattar med motsatta händer Subj. liksom Läraren.

342. *Häfning emellan stegan och lösa springstolpen* (axel rörelse). Lösa springstolpen flyttas framför stegan, hvilka piecer fixeras af handräckningar. Subj. fattar ett af stegen med hvilkendera hand som helst, med den andra handen en pinne i springstolpen i lika höjd med handen på steget, häfver upp kroppen så att kroppstyngden hvilar på armarne. Läraren står midt för Subj. och för att understödja det efter behof fattar med sina händer om dess ben som skola vara raka och / slutna. Stegan kommenderas utåt alt efter som Subj. tål rörelsen. Subj. sänker sig långsamt ned och häfver uppåt. Då rörelsen skall upphöra flyttas stegan inåt och Subj. afstiger.

343. *Enkel nedgång med hufvudet förut.* Subj. går upp i stegan som i No 313 eller 314. När det kommit så långt upp som erfordras, ställer Subj. sig på ett steg, böjer kroppen öfver det steget som är i höjd med magen, venstra armvecket hvilar mot samma steg, den högra handen fattar steget nedanföre fingrarne utåt, kastar upp sina ben i vädret med sträckta knän så att hufvudet blifver nedåt på ena sidan och benen uppåt på den andra sidan af steget, klackarne stödes emot ett af stegen, höger arm vinklas, venster arm sträckes och kroppen nedsjunker hvarefter den omvrides, höger arm är altid rak, och venster arm förhåller sig vid hvarje steg som på det första.

344. *Detsamma i korss.* Subj. ställning som i No 343 med den skildnaden att venster arm fattar med handen i stället för att / hvila emot armvecket. Om t. ex. Subj. står till höger i stegan föres hufvudet ut genom det steget som är i höjd med magen och böjer lifvet öfver till venstra sidan af stegan, fattar på venstra sidan utåt steget nedanföre, med fingrarne utåt, kastar upp sina ben, slår venstra benet om mellanträdet och håller fast benet intill det sedan nedhallkar Subj. i samma ställning utföre utan att skilja benet och lifvet från mellanträdet, högra armen hålles rak. Åt venster förhåller det sig efter samma grunder blott i omvänd[t] förhållande.

345. *Detsamma utom och inom ena steget.* Sker på enahanda sätt som föregående rörelse med den skildnaden att Subj. slingrar sig omkring ytterträdet i stället för mellanbommen.

Sträck rörelser emellan Stegan och lösa bommasten.

346. *Sittande ben utsträckning med fötterne tillsammans.* Lösa bommasten är något upphöjd ifrån marken stödd emot 2ne master och fixerat af 2ne handräckningar. Subj. sätter sig midt för stegan med benen under bommasten, händerne på densamme / och fötterne tillsammans emot nedersta steget af stegan, Subj. böjer benen och utför stegan. Läraren stående på andra sidan af Stegan och gör motstånd efter Subj. styrka som under rörelsen förblir i en sittande ställning med rakt lif.

347. *Do med ben och fötter åtskilda.* Utom denna ändring göres rörelsen lika med den föregående.

348. *Magliggande benutsträckning med en hand.* Runda bommasten är fixerad [1] och hvilande emot marken. Subj. fattar den med en hand, uppför fötterne åtskilda emot nedersta steget af Stegan, utsträcker ben och arm så att Subj. med ansigtet nedåt vänd[t] kommer att uppbära sig sträckt emellan Stegan och bommasten hvilken [2] [Subj.] fattat [3] blott med en hand. Stegan fixeras af handräckningen. Läraren underbär med en hand Subj. mage.

349. *Do Ryggliggande ben utsträckning.* Subj. lägger sig baklänges, fattar med en hand runda bommasten och med böjda ben nedersta steget å stegan, utskjuter den med sina fötter och uppbär sig nu med ansigtet uppåt; för öfrigt lika med föregående rörelse. /

350. *Ryggspänning med magen upphöjd.* Subj. fattar runda bommasten med begge händer, fötterna åtskilda emot nedersta steget af stegan, uppför kroppen med ansigtet uppåt vänd[t] med sträckta armar, så att magen kommer i upphöjd ställning och kroppen blifver bogformig [4]. Läraren underbär Subj. med en hand under dess rygg.

362. *Hoppning öfver lösa runda bommasten.* Sedan masten är upphöjd med sin ena ända hvilande emot en pinne å springstolpen och med sin andra å Slapplinan samt fixerad [5] af 2ne handräckningar göres hopprörelserne ifrån och med No 249 till och med 260 lika som å wippmasten. Bommasten hvilar då antingen horisontelt eller i en lutande ställning. [6]

371. *Rörelserne från och med No 265 till och med No 273,* göres lika å bommasten som å vippmasten. Masten är upphöjd och i samma ställning som för[r] är omnämndt.

Rörelser vid Balancerstolpen.

372. *Sänkning på en fot med kroppen lodrätt.* Subj. står lodrätt med en af tåspetsarne på stolpen, det andra benet hålles rakt och / ledigt intill stolpen. Subj. sänker sig långsamt ned utan att förändra kroppens ställning och åter reser sig långsamt upp. Läraren står midt för Subj. fattar dess händer för att styra det. I början bör det äfven vara en handräckning som håller det fria benet rakt med en hand ofvan framför knäet och med den andra handen emot hälen. Sedan Subj. upprest [sig], ombytes ben, eller den andra foten sättes på stolpen.

---

[1] Hs "fixerat".

[2] Hs efter "hvilken" ett otydligt ord.

[3] Hs "fattadt".

[4] Bogformig = bågformig.

[5] Hs "fixerat".

[6] I margen med blyerts med Lings stil: Nb som bommen är lös, är högsta noggranhet i rörelsen nödig.

373. *Sänkning på en fot med kroppen horisontelt.* Subj. fattar Lärarens händer och gör sänkningen på en fot med en framåt lutande ställning; det andra benet utsträckt i linie med öfre kroppen.

374. *Do med att hålla i tåspetsen, foten utsträckt framåt.* Subj. ställning som i No 372 med det fria benet uppvinkladt vinkelrätt emot kroppen; samma hand fattar dess tåspets med sträckt arm. Läraren fattar den andra handen för att styra Subj.tet.

375. *Sänkning med att lyfta ena foten till pannan.* Subj. fattar ena foten och uppför den emot ansigtet och gör i denna ställningen sänkningen å det andra benet. Läraren fattar antingen den fria handen eller med en hand på hvardera sidan om Subj. höfter. /

Rörelser vid lösa Balancer Planckan.

381. *Rörelserna ifrån och med No 240 till och med No 245* göres lika å balancer planckan som på wippmasten. Planckan är antingen stående horizontelt eller upphöjd i en lutande ställning.

382. *Sänkning på en fot med kroppen i framåtlutande ställning.* Subj. är med en fot stående på planckan, böjer kroppen framåt och uppför det ena benet i linie med kroppen, hufvudet uppåt och framåt, den till det upplyftade benet motsatta armen utsträckes framåt i höjd med hufvudet, den andra armen utsträckes bakåt paralelt med benet. Kroppen bibehålles något i denna ställning sedan det stående benet är böjdt. Läraren är stående framföre, på sidan om Subj. och fattar med sin ena hand under armvecket på den framåt utsträckta armen och den andra handen under det uppsträckta benet.

Rörelser vid Plinten.

383. *Halfsittande magrörelse.* Subj. är sittande på plinten med knäen framåt vända, och händerna i sidan med tummarne bakåt och de öfrige fingrarne framåt vända. Läraren midt emot Subj. sittande grensle på dess / knä läggande sina händer emot Subj. axlar och tryckande bakåt då Subj. gör motstånd med hufvudet framåt lutadt, derefter återför eller uppreser sig Subj. i denna ställning då Läraren gör motstånd.

384. *Helsittande magrörelse.* Subj. sitter med benen uppå plinten, med ryggen vänd bakåt eller emot Läraren. En handräckning är i grensle sittande på Subj. ben; med händerna i sidan gör Subj. motstånd då Läraren för det bakåt och uppreser sig i samma ställning som föregående rörelse. Lärarens händer äro framföre emot Subj. axlar.

385. *Do med händerne för pannan.* Subj. hopknäpper sina händer framföre emot pannan. Läraren fattar med sina händer framföre emot Subj. armbogar och rörelsen sker i likhet med den föregående.

386. *Samma rörelse med Sid vridning.* Ställningen är som uti No 385. Läraren fattar armbogarne, omvrider Subj. så att ena armbogen blifver uppåt, och den andra nedåt, nedför Subj. under dess motstånd hvarefter Subj. uppreser sig i denna ställning under Lärarens motstånd, derefter vrides kroppen åt andra sidan. /

387. *Sittande vridning.* Subj. sitter å plinten som uti No 383 med händerne i sidan. Läraren stående i grensle, om Subj. knä, fattar med ena handen framföre Subj. ena axel, med den andra handen bakföre dess andra axel hvilken sistnämde axel fram föres och den andra bakåtföres sjelfvilligt; derefter framvrides den bakåtförde axeln under Lärarens motstånd — hvarefter kroppen vrides åt motsatt sida; knäen fixerade.

388. *Liggande vridning med händerne i sidan.* Subj. sitter å plinten som i No 384 med benen slutna och fixerade af en handräckning. Läraren fattar med ena underarmen framföre den ena axeln och bröstet (handen nedåt) och med den andra armen bakföre den andra axeln med armbogen nedåt emot Subj. (handen uppåt.) Subj. fäller sig bakåt, vrider sjelfvilligt den axeln nedåt på hvilken Lär:s arm är framföre och för den åter uppåt under Lärarens motstånd. Derefter ombyter Lärarens händer axlarne och vridningen sker åt motsatt håll.

389. *Do med fötterne åtskilda.* Utom att benen äro åtskilda sker rörelsen i likhet med den föregående; knän och smalben äro fixerade af 2ne handräckningar. /

391. *De 2ne föregående rörelserna med händerne för pannan.* Ställningen är såsom uti No 385. Subj. faller bakåt. Läraren fattar med sina händer Subj. armbogar och gör vid omvridningen motstånd mot den nedåt fällda armbogen (för öfrigt lika med 388).

392. *Liggande Sid böjning.* Subj. sitter med benen å plinten, faller med kroppen rätt bakåt, fattar med ena handen bakom nacken, den andra armen sträckt intill sin sida. Läraren fattar med sina händer om den uppvinklade armen framföre Subj. axel, för kroppen åt motsatt sida med den uppvinklade armen hvarefter Subj. åter för sig tillbakas under Lärarens motstånd. Subj. ben fixerade.

393. *Liggande ben uppböjning.* Subj. sätter sig å plinten som uti No 383, faller bakåt och uppför sina ben med böjda knän. Läraren och en handräckning stående på hvardera sidan om plinten fattande Subj. fötter med höger venster händer och dess venster höger händer straxt ofvan Subj. knä, nedtrycker några gånger Subj. fötter så att knäna kommer på hvardera sidan om bröstet derefter / förflyttas höger venster hand emot Subj. knä och venster höger hand emot dess axlar, knäen nedtryckes och Subj. gör motstånd.

394. *Liggande Ljumskrörelse.* Subj. ligger på rygg med böjda knän, fötterna tillsammans emot plinten. Läraren och en handräckning stående på hvardera sidan om Subj. fatta dess knän med tvenne hvarandras i korss förda armar, de andra händerne på hvarandras händer, åtskilja Subj. knän under dess motstånd hvarefter knäen föres tillsammans under handräckningarnes motstånd. Läraren och handräckningen äro stående uti framåt lutande ställning med fötterne åtskilda efter hvarandra stående.

395. *Do Motrörelse.* Läraren och handräckningen fånga med sina händer utom Subj. slutna knän. Subj. åtskiljer knäen under Handr. motstånd hvarefter de tillsammans föra knäen under Subj. motstånd. Ställningen är såsom uti föregående rörelse.

396. *Sittande Ljumskrörelse.* Subj. sitter å en hög plint med benen utanföre densamma och sträckt uppvinklade vinkelrätt emot kroppen; / hvardera benet fattas af Läraren och en handräckning som åtskilja dem under Subj. motstånd, hvarefter Subj. återför dem under hand[räckningens] motstånd.

397. *Do motrörelse.* Sker lika som uti No 395 blott med den skildnaden att Subj. är sittande med raka ben såsom i föreg[ående] rörelse.

398. *Stående Ljumskrörelse.* Subj. stående framför en plint med fötterne väl åtskilda och utvridna så att yttre sidorne af fötterne komma emot plinten. Läraren stående bakom Subj. fatta[r] det med sina armar uppå dess axlar, så att händerne stödjer ofvanföre dess höfter. Subj. sänker sig ned med böjda knän, framför magen, och i denna ställning göres motstånd af Läraren vid uppresningen.

399. *Benrörelse emot plinten.* Subj. sitter på plinten och uppför på

densamma sitt ena ben; den andra foten är hvilande emot marken med knäet utförd[t] så att skrefvet formerar rät vinkel, kroppen böjes framåt så hufvudet kommer emot knäet utan att det på plinten varande benet böjes. /

400. *Lårrörelse på knä med händerne i sidan.* Subj. faller på knä å plinten med händerne i sidan, böjer kroppen bakåt med magen upphöjd och i denna ställning uppreser sig tillbakas — Äfven kan Läraren varande sittande bakom och med sina händer fånga ofvanföre om Subj. höfter för att göra motstånd vid återförningen framåt.

401. *Do med uppsträckta armar.* Ställningen är såsom uti föregående rörelse, armarne uppsträckas och Läraren som står bakom Subj. fattar dess händer för att göra motstånd vid uppresningen framåt; knäen äro fixerade af handräckningar.

402. *Do med vridning åt sidan.* Sker i likhet med föregående rörelse blott med den skildnad att sedan Subj. fallit bakåt göres en vridning åt sidan och i denna ställning göres motstånd om handlofvarne vid uppresningen — derefter vrides kroppen åt andra sidan.

403. *Ryggböjning bakåt så att hufvudet rörer plinten, knän tillsammans.* Subj. är stående på knä, händerna i sidan, knäen slutna och böjer bakåt / med kroppen i bågformig ställning så att hufvudet rörer emot plinten samt sedan uppreser eller återför sig framåt med magen upphöjd.

404. *Detsamma med knän åtskilda.* Utom denna ändring i ställningen förhåller Subj. sig lika som i föregående rörelse.

405. *Vadrörelse framåt.* Subj. är stående med slutna knän på plinten. Subj. hälar bindes af en handräckning, så att fötterna blifva stadigt fixerade emot plinten; med händerna i sidan fäller Subj. sig långsamt framåt utan att vinkla magen eller föra hufvudet bakåt. Uppresningen eller återförningen bakåt sker äfven med rak kropp. Läraren stödjer med sina händer emot Subj. axlar.

406. *Do med armarne utsträckta.* Armarne äro uppsträckta parallelt med öronen och i denna ställning faller Subj. långsamt framåt såsom uti föregående rörelse. Läraren är stående framföre Subj. och fattar dess yttersta fingerspetsar, blott för att styra men ej att understödja Subj.tet.

407. *Enkel magrörelse med upphöjda ben.* Subj. är liggande på rygg med sina händer ihopflätade under emot nacken. Benen, slutna, upplyftes långsamt / så att kroppen formerar en rät vinkel, hvarefter fötterna lika långsamt nedfälles med sträckta ben.

408. *Helsittande uppresning med uppsträckta armar.* Subj. är sittande på plinten som uti No 384 med armarne uppsträckta i höjd med öronen, händerne knutna. Läraren stående bakom Subj. fatta[r] ofvanom dess händer. Subj. faller bakåt och Läraren gör motstånd vid uppresningen framåt; under uppresning är armarne sträckta utan [att] förändra sin ställning.

409. *Halfsittande armvinkling.* Subj. sitter på plinten som uti No 383. Läraren står på plinten bakom Subj. rygg, fattar dess händer som äro i höjd med axlarne, armbogarne intill lifvet, gör motstånd då Läraren utsträcker armarne, derefter nedvinklar Subj. armarne under Lärarens motstånd.

410. *Sträckliggande armvinkling.* Subj. sitter som uti No 408, faller bakåt och i sträckliggande ställning göres armvinklingen såsom uti föregående rörelse; benen äro fixerade af handräckning.

411. *Stupliggande benböjning.* Subj. är liggande på magen med knäna slutna nära yttersta kanten af plinten. Läraren och en handräckning stående på ömse sidor af Subj. fatta med höger venster hand uppå dess

hälar med / de andra händerne på dess gump. Subj. uppför sina hälar under Handr[äckningens] motstånd, derefter nedtrycka de fötterne under Subj. motstånd.

412. *Do motrörelse.* Handräckningarne fatta med sina händer emot vristen på Subj. fötter, uppföra dem under Subj. motstånd, derefter nedför Subj. fötterne under Handr[äckningarnas] motstånd. Subj. är fixeradt medelst att en handräckning sitter i grensle öfver dess gump.

413. *Wridning stående på ett knä.* Subj. faller på ett knä, det andra benet är böjdt så att foten är stående på plinten och benet formerar en rät vinkel. Händerne sättes i sidan och kroppen vrides bakåt åt den sidan som det knästående benet. Mot den bakåt vridna axeln lägger Läraren sin arm framföre och mot den framåt vridna axeln sin andra arm bakföre och gör motstånd vid Subj. framåt vridning. Derefter omflyttas benen och vridningen göres åt motsatt håll. Knä och ben äro under rörelsen fixerade af handräckning.

414. *Do med det andra benet utsträckt.* Stående på ett knä göres rörelsen i likhet med den föregående med den åtskildnad att / det främsta benet blifver utsträckt med foten emot plinten.

416. *Dessa tvenne rörelser med uppsträckta armar.* Läraren fattar då om Subj. handlofvar för att göra motstånd vid omvridningen.

417. *Bågfallande Ryggrörelse.* Subj. är stående på knä vid yttersta ändan af plinten, framföre är Läraren och en handräckning stående i venster och höger om emot Subj. som med sina armar fånga[r] om Handr[äckningens] halsar; höger venster hand lägges framföre emot Subj. axlar, venster höger hand på dess gump. Subj. faller framåt i bågformig ställning och i denna ställning förer handr[äckningen] kroppen bakåt. En handräckning bakföre Subj. fixerar med sin ena hand dess slutna fötter, med den andra handen gör tryckningen i ryggen starkare.

418. *Korssliggande häfning.* Subj. lägger sig emellan 2ne lika höga plintar med magen uppåt, för en hand och en fot upp på hvardera plinten hvilka fixeras af (4) handräckningar. Subj. häfver sig, och hvälfver kroppen uppåt understödd under ryggen af Lärarens ena hand. Motsatt arm och ben äro så sträckta att de äro i linie med hvarandra och formera till utseende ett korss. /

419. *Kullbytt uppåt på plinten.* Subj. gör ansprång, tager satts och med händerna fattar plinten, kastar benen med böjda knän uppåt så att fötterne nedkomma på andra sidan sedan händerne släppt plinten, då Subj. är stående med böjda knän och uppreser sig.

420. *Kullbytt nedåt från plinten.* Sker lika som föregående rörelse med den skildnad att ej ansprång eller satts tages utan det ena benet kastas först bakåt för att gifva fart åt kullbytten.

Anm. Alla dessa rörelser å plinten ske med dyna. De 2ne föregående och de efterföljande rörelserna öfvas först på golfvet eller å marken med dyna.

421. *Att ligga på rygg och resa sig upp utan händernas tillhjelp.* Subj. är ryggliggande med hufvudet väl uppböjdt, böjer benen och fattar med sina händer emot dess knän, kastar knäen emot hufvudet för att gifva fart och i samma fart nedföres fötterne till mark så nära kroppen som möjligt och Subj. uppreser sig med hufvudet framåt.

422. *Att stå på händerne.* Subj. stående på marken med Läraren i venster om till höger / om Subj. Läraren kom: *Vinkla upp armarne Ett!* då armarne fullt uppsträckes parallelt med öronen och ena foten sättes framför den andra vid 2dr kom. ord *Slåann Tau!* nedsättes skyndsamt händerna till marken på ömse sidor om den framsatta foten och i det

samma uppkastas benen med fart så att kroppen stående på händerna i en stupstående ställning med fötter uppåt och framåt. Vid 2dr kom. ordet fattar Läraren vid uppkastningen Subj. ben med sin venster hand under dess knä och med sin höger hand bakom höger smalben för att i den omvända ställningen understödja Subj. Nerfällningen sker tillbakas åt det håll derifrån uppkastningen skedde.

423. *Att gå på händerna framåt.* Subj. uppkastar benen såsom uti föregående rörelse, hufvudet föres framåt och hand om hand förflyttar Subj. sig framåt.

424. *Do gående bakåt* sker såsom föregående rörelse med den skildnad att hand om hand flyttas bakåt.

425. *Att gå upp och ned med händerne på plinten.* Subj. flyttar först den ena handen på plinten med böjd arm och under häfningen på denna / arm flyttas den andra handen uppåt; vid nedgången böjes armarne och den ena handen efter den andra nedföres.

426. *Kullbytt framåt utan händernes tillhjelp.* Subj. gör ansprång, tager satts och vänder sig i vädret; under vändningen äro armarne vid sidan, hakan emot bröstet och benen väl ihopböjde. Subj. nedkommer på fötterna med böjda knän. Läraren och en handräckning äro hvardera på ett knä stående på det stället der vändningen skall ske, för att med sina händer emottaga Subj. som emellan dem gör kullbytten. (emellan Lär: och Handr: en dyna.)

427. *Att stående böja bakåt med händerna emot marken.* I början tager Läraren en handräckning som med ihoptagne händer under Subj. rygg understödjer rörelsen; med de fria händerne taga de om Subj. axlar då böjningen bakåt göres.

428. *Kullbytt bakåt.* Subj. uppsträcker sina armar, böjer bakåt och omkastar med fart benen så att fötterne komma på andra sidan och Subj. blir stående — Subj. kan äfven understödjas såsom uti föregående rörelse. /

429. *Kullbytt åt sidan.* Subj. är stående med åtskilda fötter, och om t. ex. kullbytten skall ske åt höger uppföres högra armen, handen slår ann emot marken så nära högra foten som möjligt, benen uppkastas och Subj. hvilar på högra armen tills fötterne nedkomma på den andra sidan då kroppen uppreser sig. Flere kullbytter efter hvarandra kunna ske.

430. *Att hoppa upp på en plint.* Subj. tager satts, och med begge fötterna på en gång upphoppar på plinten.

431. *Nedhoppning ifrån plinten.* Subj. stående nära ändan af plinten upphoppar eller tager satts på densamma och nedhoppar med böjda knän.

432. *Språng på en lutande plint.* Den stora fyrkantiga plinten uppföres uti sluttande ställning emot muren. Läraren ställer sig midtför densamma. Om Subj. t. ex. uppspringer till höger om Läraren, följer Lärarens högra hand efter Subj. utan att vidröra det om ej så behöfves för att gifva fart åt språnget; med venster hand fattar han Subj. venster arm vid nedspränget som sker till venster om Läraren. /

433. *Språng rakt upp.* Subj. springer rakt upp vänder sig på plintens öfre kant och nedspringer. Språnget upp och ned bör ske med korta och hastiga steg. Plintens största dosering[1] är 4 alnar på 5.

Rörelser med lösa linan.

434. *Språng under linan då den kringföres.* Läraren och en handräckning fatta hvar sin ända af linan med så stort mellanrum att dess

[1] "dosering" = lutning.

mittel, då den kringföres, beskrifver en peripherie hvars diameter är af circa 4 alnars längd. Linan föres framåt emot Subj. som springer framåt under linan då den tar mark.

435. *Hoppning vid linans kringförande.* Subj. stående emellan Läraren och handräckningen hoppar beständigt på samma ställe med väl uppböjda knän under det att linan kringföres Subj. bakifrån framåt.

436. *Dragning med linan.* Ett Subj. fatta[r] hvardera ändan af linan och vända åt hvarandra, draga de åt hvars sitt håll. Flere Subj. kunna äfven vara på samma gång vid hvardera ändan af linan. Men efterses att de äro altid fristående och att ingen fattar något annat med sina händer än linan. /

Hopprörelser öfver Remmar[1].

437. *Hoppning öfver en rem.* Läraren och en handräckning håller löst i hvar sin ända af en rem. Subj. gör ansprång emot remmen och öfver densamma utan satts, öfverför det ena benet efter det andra; på andra sidan remmen samlas fötterne och Subj. nedkommer stillastående med böjda knän, klackarne tillsammans och utdelade fötter, ryggen vänd emot remmen som är ifrån marken upphöjd allt efter det öfverhoppa[n]de Subj. skicklighet. Läraren kan äfven låta begge ändarne af remmen hållas af handräckningar, och ställer sig då midt för remmen på den sidan och ställe der Subj. blir stående efter öfverhoppningen.

438. *Hoppning baklänges eller med volte öfver en rem.* Remmen hålles såsom uti föregående rörelse. Vid sjelfva öfverhoppningen vänder sig Subj. i luften så att ansigtet efter öfverhoppningen blir vänd[t] emot remmen. För öfrigt lika med No 437. /

439. *Hoppning framåt öfver en bortåt gående rem.* Under Subj. ansprång föres remmen långsamt bortåt eller ifrån Subj. Med ögonen noga följande remmens rörelser gör Subj. öfverhoppningen såsom uti No 437.

440. *Hoppning framåt öfver en framåt gående rem.* Remmen föres under Subj. ansprång framåt eller emot Subj. som gör öfverhoppningen med samma iakttagande som uti föregående rörelse.

441. *Hoppning framåt öfver 2ne remmar* — 2ne Handräckningar fatta med hvar sin hand uti hvarder[a] remändan. Den remmen som är närmast Subj. är något högre upphöjdt än den andra. Remmarne äro åtskilda allt efter de öfverhoppande Subj. skicklighet. Subj. gör ansprång och öfverhoppningen med framåt sträckta fötter såsom uti No 437.

442. *Hoppning bakåt eller med volte öfver 2ne remmar.* Remmarne hålles såsom uti föregående rörelse och öfverhoppningen sker i likhet med No 438.

443[2].

444. *Hoppning framåt öfver 2ne bortåt eller framåt gående remmar.* Sker på enahanda sätt såsom uti rörels[erna] No 439 & 440. /

445. *Hoppning öfver flera efter hvarandra varande remmar.* Flere remmar efter hvarandra äro hållne af handräckningar åtskilde med något mellanrum. Subj. gör ansprång och utan något uppehåll i språnget öfverhoppar den den ena remmen efter den andra såsom uti No 437.

446. *Hoppning i längden öfver 2ne remmar.* På marken lägges tvenne remmar efter hvarandra, åtskilda med så stort mellanrum som erfordras.

---

[1] Efter "Remmar" har Ling skrivit: Lika som vid fristående rörelser.

[2] No 443 saknas här, men obs. hänvisning till 2 rörelser i No 444 (jämför 243).

Ansprång tages och Subj. öfverhoppar begge remmarne med ena foten efter den andra, som samlas på andra sidan af remmen med böjda knän. Läraren stående där vänd emot Subj. för att emottaga det. Vid all hoppning bör lifvet eller öfre delen af kroppen med hufvudet vara rakt och lodrätt, benen böjda med utdelade knän samt tåspetsarne först taga mark.

Rörelser på Hästen.

447. *Enkel häfning i bommarne med ansigtet åt hästen.* Subj., stående med ansigtet framåt vändt vid en af hästens sidor i höjd af bakbommen, upphoppar med satts (enligt efterf. No 449) så att kroppen kommer att hvila jemt / emellan, och med en hand på hvardera bommarne sänker så nedåt och häfver uppåt med något tillbaka böjdt hufvud. Läraren fattar till underbärning om Subj. ben. Nedhoppningen enligt No 449.

448. *Detsamma med ansigtet från hästen.* Upphoppning som i föregående rörelse, knäna uppböjes och benen genomföras emellan bommarne, så att bakre delen af låren kommer att hvila emot hästens andra sida. Sedan sänkes och häfves kroppen understödd af Läraren; nedhoppningen lika med No 464.

449. *Upphoppning och afförning åt båda sidor.* Upphoppningen ifrån hästens venster sida sker med att Subj. stående till venster om hästen med ansigtet framåt i höjd af bakbommen, fattar densamma med höger hand och något böjd arm. Då Läraren kom: *Ett Tau!* upphoppar Subj. med satts, fattande i detsamma med sin venster hand frambommen, vänd åt hästen, och utsträcker sina armar vid sjelfva upphoppningen så att kroppen kommer att hvila på armarne jemt emellan bommarne med hufvudet tillbakaförd[t], benen sträckta och slutna. Då Läraren kom: *För af!* nedhoppar Subj. och gifvande sig fart ifrån frambommen med venster / hand så att det nedkommer till marken med böjda knän och i lika höjd med bakbommen med höger hand qvar på densamma och ansigtet framåt. Upp- och nedhoppning ifrån hästens höger sida sker enligt samma grunder; då fattar venster hand bakbommen, och höger arm gör afförningen.

450. *Att vrida till sidan med indre benet framskjutit.* Sedan Subj. upphoppat enligt föregående rörelse till venster om hästen, kom: Läraren *höger Schenkel — till!* då kroppen vrides bakåt till venster med ansigtet åt hästhufvudet, så att höger sida af högra låret kommer att hvila emot hästens sida, venstra benet rakt och bakföre det högra.

451. *Detsamma åt motsatt sida.* Då kom: Läraren *Venster Schenkel — till!* då kroppen vrides bakåt till höger med ansigtet ifrån hästhufvudet så att venstra sidan af venstra låret kommer att hvila emot hästens sida; högra benet rakt och bakföre det venstra. Dessa 2ne rörelser äro lika vid hästens högra sida. Läraren fattar om så behöfves om begge smalbenen för att understödja Subj.t. /

452. *Öfverflyttning med händerne på samma bom.* Kroppstyngden flyttas till den ena bommen, och begge händerna fatta densamma med fingrarne åt motsatt håll.

453. *Att upphoppa emellan bommarne, föra benet rakt öfver bakifrån, och sitta i sadeln.* Då Läraren kom: *Ett Tau!* sker upphoppningen ifrån hästens venstra sida enligt No 449 vid 2dra kom: *Tre!* kastas höger ben med rakt knä öfver bakbommen, höger hand släpper bommen vid benets öfverkastning, kroppen fälles till Sadeln och begge händerna till sina sidor.

454. *Do med att föra benet öfver framifrån.* Subj. upphoppar och vrider högra Schenkeln till enligt No 450; högra benet kastas rakt öfver

frambommen, då venstra handen släpper bommen vid benets öfverkastning och Subj. nedsitter med rakt lif i sadeln, händerna vid sidan.

455. *Nedsprång åt sidan.* Vid 1sta kom. ord *Ett!* framkastar Subj. sina ben, så att fötterna blifva framåt vid hästens framben, händerna fatta i frambommen; vid 2dra kom. ordet *T-a-u!* (Som med rösten utdrages) kastar Subj. med fart sina ben bakåt, häfver uppåt på händerna och öfver bakbommen, samlar (sluter) sina ben i luften (kroppen / är nu öfver hästen i en alldeles horizontel ställning), föraf med händerne åt venster, och under sjelfva nedfallet fattar högra handen bakbommen och Läraren räknar *Tre!* då Subj. med böjda knän i höjd af bakbommen når mark då en upprätt ställning återtages. Afförningen till höger sker lika, med den skildnad att venster hand fattar vid nedfallet bakbommen. Om Subj. behöfver understöd vid afförningen, är Läraren åt motsatt sida med afförningen stående vänd åt hästen; fattar då han kom: *T-a-u!* med sin ena hand om Subj. handled och med den andra framför dess lår; vid *Tre!* fattar den hand som understödde låret i dess ställe om handleden på bakbommen.

456. *Do med volte.* Fattningen lika med föregående rörelse men uti 2dra tempo eller efter kom. ordet *T-a-u!* då Subj. är uti den horizontela ställningen, omkastas kroppen ett hvarf uti luften under sjelfva nedfällningen och handen fattar bakbommen som uti No 455.

457. *Halsnedsprång.* Då Läraren kom. *Ett!* framföres benen ena handen fattar i frambommen / den andra handen uppsträckes, armen parallelt med örat. Vid 2dra kom. ordet *T-a-u!* slår den uppsträckta handen ann på hästhalsen och afförningen sker som uti No 455. Vid nedkomsten är kroppen i höjd med ena handen på bakbommen.

458. *Nedsprång rakt bakåt.* Sker lika med No 455 med den skildnad att begge händerna som fattat[1] frambommen gifver kroppen fart rakt bakåt då Subj. med böjda knän nedkommer bakom hästen.

459. *Att balancera i endera bommen med ena armen upplyftad.* Sedan Subj. upphoppat med kroppen rakt emellan bommarne öfverföres kroppstyngden till den ena armen stödjande sig på ena bommen, den andra armen uppsträckes parallelt med örat, benen raka och slutna. Sedan ombytes händerna.

460. *Enkel Esquelette med ett ben i sänder.* Sedan Subj. ifrån hästens venstra sida upphoppat emellan bommarne kom. Läraren sedan han fattat[2] med en hand under höger fot: *Venster öfver — Ett!* Då Subj. öfverförer sitt venstra ben rakt öfver frambommen och straxt åter fattar bommen med venster hand; derefter kom. / Läraren *tillbakas tau!* då venstra benet med rakt knä, återföres till hästens venstra sida och venstra handen som varit upplyftad vid tillbakaförningen åter fattar bommen. Lika förhållande med höger ben då Läraren kom: *Höger öfver ett!* och understödjer Subj. venstra ben.

461. *Detsamma med sidan tillvriden.* Sedan upphoppningen ifrån venster är gjord och högra sidan tillvriden enligt Lärarens kommando uti No 450, fattar Läraren med sin ena hand under Subj. venstra fot och kom: *Höger öfver — Ett!* då Subj. öfver kastar sitt högra ben med rakt knä öfver frambommen, derefter kom: *Tillbakas — Tau!* då det högra benet föres rakt öfver bakbommen tillsammans med venstra benet, hvarefter kom: *Venster schenkel — till!* då Läraren fattar under högra foten, och venstra benet öfverföres efter kom. ord lika med högra benet.

---

[1] Hs "fattadt".

[2] Hs "fattadt". Denna och liknande skrivning (t. ex. fådt för fått) passim i det följ., och i regel ändrad utan påpekning.

462. *Esquelette med båda benen på en gång.* Sedan upphoppning ifrån hästens venstra sida skedt ställer Läraren sig till höger om Subj., fattar med sin högra hand om dess högra handled, och med / sin venster hand, på yttre sidan af Subj. högra lår; då *Ett Tau* kommenderas, öfverkastar Subj. sina begge ben på en gång öfver frambommen, vid åter *Ett Tau!* återkastas benen öfver bakbommen till hästens venstra sida. Öfverkastningen är lika ifrån hästens högra sida. Benen altid slutna och kroppstyngden öfverflyttad åt motsatt håll emot den sida ditåt öfverkastningen skall ske.

463. *Do rundt om med sidan tillvriden.* Sedan upphoppningen är gjord och en af kroppens sidor tillvriden emot hästen, öfverkastas begge benen på en gång både öfver fram- och bakbommen, då den ena handen efter den andra släpper och åter fattar bommarne vid benens kringförning.

464. *Benskiftning emellan bommarne.* Sedan Subj. upphoppat med kroppen rakt emellan, och en hand på hvardera bommen kom: *Höger ben igenom Ett!* / då högra benet med uppböjdt knä igenomföres emellan bommarne. Vid kom. ordet *Skifta Tau!* uppböjes begge knäna, venstra benet framkastas, och högra benet tillbakaföres emellan bommarne så att altid en fot, blifver på hvardera sidan af hästen. Sedermera sker benens skiftning på Lärarens räkning af *Ett!* och *Tau!* och vid ordet *Hoppigenom!* igenomföres det eftersta benet emellan bommarne så att bakre delen af begge låren komma att hvila emot hästens ena sida. Benen åt samma håll som ansigtet, framkastas nu så långt som möjligt, armarna gifva kroppen fart framåt och händerna släppa bommarne så att Subj. nedkommer så långt som möjligt ifrån hästen lodrätt med böjda knän — Under Benskiftningen håller Läraren med sin ena hand om Subj. handlofve, och med sin andra hand under dess gump.

465. *Echappé med benen innom bommarne.* Subj. vänd emot en af hästens sidor med en hand på hvardera bommen upphoppar / med satts, uppböjer knäna och på en gång igenomför begge benen emellan bommarne och nedhoppar enligt No 464.

466. *Att hålla i bommarne och hoppa upp med ett ben på hvardera sidan.* Händerne fatta som i föregående rörelse. Subj. upphoppar med satts på hästen så att en fot blifver på hvardera sidan af bommarne, och nedhoppar derefter åt samma sida derifrån upphoppningen skedde.

467. *Echappé med fötterna utom bommarne.* Lika med föregående rörelse men med den skildnad att Subj. med benen utom bommarne öfverhoppar hästen som uti No 465.

468. *Do emellan hästhufvudet och frambommen.* Lika med No 465 med den skildnad att ena handen slår ann på frambommen och den andra vid hästhufvudet samt fötterne föras öfver hästen emellan armarna.

469. *Do emellan kroppen och bakbommen.* Den ena handen slår ann på hästländen, den andra på bakbommen; för öfrigt lika med No 465. Läraren / fattar i denna och de fyra föregående rörelserna med sin ena hand om Subj. öfverarm och med den andra under dess gump.

470. *Sax framåt.* Subj. sittande (i grensle) emellan bommarne och fattar med sina begge händer frambommen, förer benen framåt och sedan kastar med fart benen bakåt, så att kroppen blifver i horizontel ställning öfver bommarne stödjande sig på armarne, och i denna ställning skiftas benen i luften, så att höger ben blir åt den sidan der förut venster ben var, ansigtet åt motsatt håll eller nu vändt åt bakbommen, händerna släppa frambommen under benens skiftning. Denna och efterföljande saxrörelser ske lika på sadlad häst. Läraren förhåller sig efter *Anm:* uti No 476.

471. *D:o bakåt.* Subj. sittande [1] grensle i sadeln med ryggen åt frambom[men], händerna fatta bakbommen; för öfrigt lika med föregående rörelse och vid nedkomsten i sadeln blir ansigtet åt frambommen. /

472. *Sax på länd med ansigtet åt samma sida som hästhufvudet.* Subj. sittande på länd, fattar med sina begge händer bakbommen och gör saxen enligt No 470.

473. *Sax med ansigtet åt motsatt sida.* Subj. sittande på länd med ryggen vänd emot bakbommen, fattar densamme, med begge händerna bakför ryggen, och för att gifva sig fart böjer benen framåt hästbuken, hvarefter benen med fart framkastas och skiftas öfver länd samt kroppen vrides så att ansigtet blifver vändt åt hästhufvudet.

474. *Halfsax.* Subj. grensle sittande i sadeln fattar med begge händer en af bommarne, uppkastar och i luften samlar benen så att vid nedsittningen ansigtet blir åt samma håll som förut, men begge benen på hästens ena sida.

475. *Att ifrån halfsax sitta i sadeln.* Då begge benen äro på en sida af hästen, fattar Subj. bommen framför benen och med fart kastar dem bakåt så att ett ben blifver på hvardera sidan om hästen. /

476. *Dubbel halfsax.* Sittande i sadeln med begge benen på hästens ena sida fatta händerna frambommen, kastar på en gång begge benen öfver bakbommen till hästens andra sida. Lika förhållande då bakbommen fattas.

Anm. I dessa föregående saxrörelser fattar Läraren i höger eller venster om (vänd emot hästen) Subj. öfverarm med sin ena hand, och med sin andra hand understödjer benen under skiftningen. Då Subj. af Läraren är först averterat hvad sax som skall göras kom: — denne *Ett!* — *T-a-u!* — *Tre!* Vid *Ett!* framföres benen för att gifva fart i detsamma händerne fatta bommen. Vid *T-a-u!* göres benskiftningen eller sjelfva saxen och vid *Tre!* är saxen fullbordad samt Subj. sittande rak. I helsax släppa händerna sedan saxen är gjord, men i halfsax bibehålles händerna på bommen.

477. *Nedsprång med volte ifrån länden.* Subj. sittande på länd framförer sina / ben, och slår ann med händerne på bakbommen vid kom. ordet *Ett!* — Vid kom. ord. *T-a-u!* uppkastas benen bakåt med fart så att kroppen uti en nästan horizontel ställning omvänder sig ett hvarf uti luften innan Subj. med böjda knän når marken, då [2] *Tre!* kommenderas — Vid afförningen bör händerna gifva kroppen fart. Läraren och en handräckning bör stå på ömse sidor om hästen för att understödja Subj.

478. *Balancering i båda bommarne.* Subj. stående på länd med fötterne så nära bakbommen som möjligt (klackarne tillsammans, tåspetsarne utvridna). Subj. fattar med ena handen på bakbommen, med tummen framåt, de öfrige fingrarne bakåt vända, den andra handen fattar frambommen med tummen inåt, de öfrige fingrarne framåt vända. Den armen som fattat bakbommen, bör väl vara / böjd under lifvet, så att armbogen kännes vid nafveln; den andra armen något böjd. I denna ställning föres benen långsamt uppåt [så] att kroppen kommer i en horizontel ställning parallelt med hästryggen, hufvudet midt framför hästöronen. Läraren fattar med en hand om den underböjda armen under armbogen, och med den andra handen om handleden på den armen som fattat frambommen, altid stående åt den sidan som Subj. framboms hand. Sedan händerna blifvit ombytta och balanceringen gjord, afför Subj. åt samma sida som frambomshanden fattat.

---

[1] Hs "i grensle", "i" överstruket med blyerts.

[2] Hs "marken. Då Tre!"

479. *Balancering på en bom.* Subj. stående som uti föregående rörelse fattar med begge händerna en bom (bakbommen) med emot magen väl underböjda armbogar och förer kroppen långsamt i samma ställning som uti No 478.

480. *D:o med en hand utsträckt.* Subj. fattar bakbommen som uti föregående rörelse och då kroppen kommit / uti en horizontel ställning, frigöres den ena handen från bommen och armen utsträckes framåt i höjd med örat, så att kroppen blott hvilar på en arm under balanceringen.

481. *Att uti föregående ställning vrida till höger och venster.* Subj. vrider kroppen uti den horizontela ställningen så att den blifver parallel med bommen eller att Subj. och hästen formerar ett korss hvarefter uti denna balancerliggande ställning, kroppen återföres så att den blifver parallel med hästryggen.

482. *Balancering på hästhufvudet.* Subj. stående framför hästen fattar med sina begge händer hästöronen, upphoppar så att kroppen hvilar på sträckta armar, förer fötterne slutna med sträckta ben uppåt och hufvudet nedåt så att kroppen kommer i en horizontel ställning med armbogarne väl vinklade under lifvet såsom uti No 479.

483. *Kullbytt, att gå upp med hufvudet emot hästens sida.* Subj. stående vid en af hästens sidor med ryggen emot hästen böjer sig baklänges och fattar med en hand uti hvardera bommen, sti[c]ker sitt hufvud under / med pannan emot hästens buk, slänger så benen uppåt emellan bommarne till hästens andra sida och således med ansigtet vändt åt hästen, för af åt denna sida. Läraren understödjer benens uppkastning om så erfordras.

484. *Kullbytt åt sidan då man sitter i sadeln.* Subj. sittande emellan bommarne med begge benen åt samma sida, och en hand fattar uti hvardera bommen. Läraren och en handräckning stående på andra sidan hästen eller på motsatt sida med Subj. ben, fattar med sina händer om Subj. axlar. Subj. häfver upp och utsträcker sina armar under det att benen kastas med fart öfver till Lärarens sida; under denna kullbytt blir hufvudet emellan bommarne vid omkastningen; händerna som vid sista delen af nedfällningen släppt bommarne återfatta dem genast då Subj. med fötterne når mark med ansigtet åt hästen. Under omkastningen hvilar Subj. med sina axlar uti Lärarens och handr.[äckningens] händer. /

485. *Kullbytt bakåt ifrån Sadeln* (Sadlad häst). Sittande på bakbommen, fäller Subj. ryggen emot hästländen; styrande sig med flatan af händerne på ömse sidor om hästen kastas benen med fart uppåt, så att de nedkomma på marken bakom hästen med händerna på hästländen. Läraren och en handräckning stående på ömse sidor af hästen fatta med sin ena hand under Subj. rygg, med den andra ofvan dess axlar.

486. *Kullbytt stående i sadeln* (hästen sadlad). Subj. stående på sadeln emellan bommarne framsätter något den ena foten, uppsträcker sina armar slår ann med händerne på hästhalsen, kastar benen med fart öfver hästhufvudet så att Subj. nedkommer med böjda knän framför och med ryggen vänd emot hästhufvudet. Läraren stående till venster om hästen fattar med sin venster hand Subj. venstra öfverarm med höger hand under dess venster knä; på motsatt sida en handräckning som fattar Subj. lika med läraren men med motsatta händer. /

487. *Kullbytt åt sidan med ena handen i bommen och den andra i bogen.* Subj. sittande uti sadeln fattar med en hand frambommen och med den andra hästbogen, kastar benen med fart framåt åt sidan af hästen der bogfattningen skedt. Vid nedkomsten till marken flyttas den hand som är åt hästen på hästhalsen, ansigtet framåt. Läraren stående vänd åt

hästen på den sidan der bogfattningen skedt fattar med den hand som är närmast hästhufvudet om Subj. bogarm och med den andra handen understödjer benen vid kullbytten.

488. *Do åt motsatt sida med ombytta händer.* Sker åt andra sidan på enahanda sätt som föregående rörelse.

489. *Kullbytt uppåt emellan bommarne.* Subj. gör ansprång emot en af hästens sidor, fattar med händerne bommarne, tager satts och med utsträckta armar gör kullbytt emellan bommarne, benen böra vara väl böjde under kroppens omkastning hvarefter Subj. släpper bommarne och nedkommer med böjda knän på andra sidan, med ryggen vänd emot hästen. Läraren och en handräckning är stående vända emot hvarandra på den sidan af hästen ditåt kullbytten skall / ske och med sina händer fånga om Subj. axlar. Om så erfordras kan äfven på andra sidan om hästen vara stående en hand[räckning] som med en hand under Subj. ben underlättar omkastningen. — Denna kullbytt kan äfven ske utan ansprång.

490. *Kullbytt att sitta grensle i sadeln.* (Sadlad häst). Subj. gör ansprång, slår ann med händerna på hästländen, kastar benen uppåt så att hufvudet vänder sig emellan armarne och Subj. blir sittande i grensle uti sadeln. Läraren och en handräckning stående på ömse sidor om hästen fånga med ena handen uppå Subj. axlar och med den andra understödjer Subj. knän, som under omkastningen böra vara väl böjde; då första delen af omkastningen är gjord släpper knähanden och återfattar under Subj. axlar.

491. *Kullbytt uppåt att stå i sadeln.* Sker lika som föregående rörelse med den skildnad att Subj. med slutna fötter stadnar på sadeln efter kullbytten och blifver lodrätt stående.

492. *Språng rätt upp bakifrån på sadlad häst.* Till ansprång är det vanliga afståndet bakifrån hästen något öfver 3 famnar. Hälften af denna längd går Subj. långsamt med korta steg hvarefter Subj. gör ansprånget med fart / tar satts (så långt ifrån hästen som armens längd) och slår ann med händerna så högt upp på länd som möjligt, skiljer väl benen och faller lodrätt grenslesittande i sadeln, på länd eller på halsen. Läraren stående till venster om hästen fattar Subj. med sin venster hand om dess venster öfverarm och med sin höger under dess gump.

493. *Språng med att hoppa öfver hästlängden.* Subj. förhåller sig som uti föregående rörelse; efter öfverhoppningen nedkommer Subj. med böjda knän framför hästen. Läraren ställer sig framför hästhufvudet med en handräckning hållande hvarandra i hand.

494. *Språng rätt upp och stå på hästen.* Lika förhållande som uti No 492 men benen uppböjas med utdelade knän så att fötterne komma upp på hästryggen; händerna lämna icke sadeln förr än fötterna fått fäste då Subj. uppreser sig.

495. *Do från sidan att sitta.* Ansprånget till hästen sker ifrån en sida; det öfverkastade benet uppvinklas starkare; för öfrigt lika med No 492.

496. *Do do med att stå.* Ifrån en sida något bakom hästen göres ansprånget och rörelsen sker lika med No 494.

497. *Språng bakifrån baklänges* sker lika med No 492 med den skildnad att sedan satts är tagen / vänder sig Subj. i luften så att sittande i grensle på hästen ansigtet blifver åt länd.

498. *Nedhoppning bakåt ifrån denna ställning.* Subj. böjer sig, och fattar med händerna på länd och i detsamma häfver kroppen framåt så att Subj. nedkommer till mark med ryggen vänd åt hästen.

499. *Språng bakifrån baklänges öfver hästen* sker lika med 497. Subj.

nedkommer till mark med ansigtet vändt emot hästhufvudet. Läraren förhåller sig som uti No 493.

500. *Språng rätt fram med en hand.* Lika med No 492. Subj. har den ena handen i sidan, den andra, då satts tages, slår ann på länden.

501. *Do baklänges med en hand.* Lika med föreg. rörelse men sedan satts är tagen vändes kroppen i luften så att Subj. kommer på hästen som i No 497.

502. *Språng rätt fram utan hjelp af händerna.* Med begge händerna i sidan göres ansprång och med satts hoppas på hästen som uti No 492.

503. *Språng bakifrån med benet öfver och stå vid sidan af hästen.* Ansprång och satts tages enligt No 492; det ena benet uppvinklas och kastas öfver hästen så att Subj. med ansigtet framåt blir stående vid hästens ena sida med den åt hästen varande handen på hästryggen.

504. *Nedsprång baklänges* (Grodsprång). Begge händerna slå ann på frambommen, benen uppkastas med fart bakåt, armarne gifva kroppen / fart så att Subj. nedkommer som uti No 458. Om Subj. sitter på länd slår händerna ann på bakbommen.

505. *Enkelt nedsprång med en hand i hvardera bommen och slänga benet öfver.* I detsamma kroppen häfves på armarne som fattat bommarna, kastas ena benet öfver frambommen och afföres enligt No 449.

506. *Benrörelse öfver hästen* (sker på lilla hästen). Med ett ben öfver hästen som Läraren fattar med en hand öfver knä, och med den andra handen öfver vristen för att nedböja benet; derefter uppföres det under Lärarens motstånd (Sedan det andra benet).

507. *Förvridning på hästen med knäna slutna.* Sittande på hästen med begge benen på samma sida och knäna fixerade af handräckning, fäller Subj. sig bakåt, vrider ena axeln nedåt, och förer den åter uppåt under Lärarens motstånd som stående bakom Subj. fattat det med ena armen framför den nedvända axeln, den andra armen bakföre den andra axeln; derefter ombytes axlar och vridningen sker åt motsatt håll, Subj. med händerna i sidan.

508. *Do med knäna åtskilda händerna i sidan.* Sker såsom föreg. rörelse men knäna äro utdelade och fixerade af 2ne handräckningar.

510. *Dessa båda ställningar med snednedfällning.* Rörelsen göres på kant med händerna i sidan. Sedan / Subj. blifvit omvridet[1] i sittande ställning med ena armbogen framåt och den andra armbogen bakåt vänd fattar Läraren som uti föreg. rörelse och nedför Subj. under dess motstånd, hvarefter Subj. uppreser sig i denna ställning under Lärarens motstånd, derefter vrides kroppen åt andra sidan.

[511—]514. *De fyra föregående rörelserna med händerna för pannan.* Läraren fattar då med sina händer om Subj. armbogar.

515. *Snedfällning med utsträckta armar.* Armarne uppsträckes parallelt med öronen. Läraren fattar händerne, kroppen vrides åt en sida och Subj. nedföres och uppreser sig såsom uti No 510.

516. *Liggande Sidböjning.* Sker å hästen i likhet med å plinten No 392 (Benen äro tillsammans eller åtskilda på hästens ena sida.)

517. *Ljumskrörelse på hästen* }
518. *Do motrörelse* } Vid dessa båda rörelser sitter Subj. å hästländen med en handräckning i grensle bakföre som med sina armar fångar om Subj., benen uppvinklas så att kroppen formerar en rät vinkel och rörelsen göres i likhet med No 396 & 397.

---

[1] Hs "omvriden"

519. *Sittande bennedtryckning.* Subj. är sittande såsom uti föregående rörelse med en handräckning bakföre dess rygg som fattar Subj. om lifvet med sina armar. Benen uppföras, åtskiljas och fattas af Läraren och en handr[äckning] / som med ena handen å knä och med den andra på vristen nedtrycka benen under Subj. motstånd, hvarefter benen uppföras under Handr[äckningens] motstånd. Benen skola vara raka under rörelsen.

520. *Grenliggande arm och bennedtryckning.* Subj. lägger sig tvärs öfver hästen med armarne på ena, och benen på andra sidan af hästen. Bommarne äro borttagne och Subj. hvilar med magen emot en kudde å hästen. Läraren fattar med sina händer om Subj. händer och en handräckning fångar med sina händer om dess ben vid hälen; händer och fötter åtskiljas så att armar och ben som äro raka formerar ett korss. Läraren och handräckningen nedför händer och fötter under Subj. motstånd hvarefter de åter uppföras under Lär: och Handräckningens motstånd.

521. *Häfning emellan bommarne med vinkel i magen.* Lika med No 448 men med benen uppvinklade och slutna så att kroppen formerar en rätt vinkel.

522. *Nedsprång med hel volte.* Lärarens kommando, händernes fattning lika med No 455. Men under kom. ordet *T-a-u!*, sedan Subj. släppt bommarne, vändes kroppen ett hvarf / i luften under sjelfva nedfallet, hvarefter den ena handen återfattar bommen.

523. *Krupphäfning.* Ansprång göres, händerna slå ann på länd; i det samma som satts tages kastas benen uppåt i höjden så högt som möjligt med böjda knän som i luften utsträckas med underbärning af Läraren och en handräckning som stående på ömse sidor af hästen fatta med ena handen om Subj. öfverarm, med den andra handen under dess knä, hvarefter Subj. vid nedfällningen skjuter sig ifrån hästen och nedkommer med böjda knän till marken.

524. *Krupphäfning med volte.* Lika med föregående rörelse men sedan händerna fört af ifrån länden vändes kroppen ett hvarf uti luften vid sjelfva nedfällningen.

525. *Att hålla i bommarne och försöka hoppa upp och stå på dem.* Subj. stående på ena sidan, vänd åt hästen, fattar med händerna långt upp på bommarne, hoppar med satts upp så att fötterne komma upp på bommarne med böjda och utdelade knän. Läraren står på hästens andra sida vänd åt Subj. / färdig att emottaga och understödja Subj. då händerna lämna bommarna och Subj. uppreser sig.

526. *Uppsprång ifrån sidan med fattning i bommarne och slänga benet genast öfver.* Ansprånget göres emot en af hästens sidor och vid det satts tages fatta händerne bommarna. Subj. upphoppar, och kastar det ena benet med rakt knä genast öfver bakbommen.

527. *Öfversprång från sidan med händerna i bommarna.* Ansprång göres emot en af hästens sidor, händerna fatta bommarna, satts tages och begge benen tillsammans kastas med fart på en gång öfver hästländen till hästens andra sida, händerna släppa bommarna och frambomshanden fattar bakbommen då Subj. nedkommer med böjda knän i bredd med hästen eller i höjd af bakbommen med ansigtet framåt.

528. *Detsamma med volte.* Sker i likhet med föregående rörelse, men händer och fötter gifva fart så att kroppen vänder sig ett hvarf i luften vid öfverkastningen och nedkomsten till mark sker med / böjda knän och den handen som vid upphoppningen hvilade på frambommen, fattar nu bakbommen med något böjd arm, ansigtet framåt och Subj. i höjd med bakbommen.

529. *Öfverspång med ena handen i bommen, den andra på länd.* Den ena handen fattar bakbommen, den andra på hästländen; för öfrigt öfverkastningen lika med rörels[en] No 527. Vid nedkomsten flyttas bomhanden på hästländen och Subj. i höjd med den handen som fattat hästen.

530. *Do med volte.* Händerna fatta likasom uti föregående rörelse och voltrörelsen göres i likhet med No 528. Subj. blifver vid nedkomsten till mark stående såsom uti No 529.

531. *Öfversprång öfver halsen och frambommen.* Subj. fattar med ena handen på hästhalsen, den andra på frambommen och på en gång kastar begge benen tillsammans öfver bakbommen till hästens andra sida. Vid nedkomsten flyttas den hand som vid öfver/språnget hvilat på hästhalsen till frambommen, denna arm något böjd. Ansigtet framåt och Subj. med böjda utdelade knän i höjd af frambommen.

532. *Do med volte.* Den ena handen fattar hästhalsen, den andra på frambommen; för öfrigt göres volten lika med No 528. Vid nedkomsten efter volten flyttas halshanden till frambommen och Subj. blifver stående som uti föregående rörelse.

533. *Echappé öfver 2ne hästar i bredd.* Lika med No 465 men iakttages att benen väl uppkastas och framskjutas tillika med att händerna frånkastas bommarna med största fart.

Av två korta hss (original bland L. M. T-ns Efterl. papper) med annan 5
stil än Lings men till innehållet tydligen härrörande från honom innehåller den ena rörelser för "jägare" (militärterm) — enkla och sammansatta rörelser (jfr indelningen i Gymnastikens allmänna grunder) — den andra "De rörelser jag undergått för Herr Ling..." Den sistnämnda erbjuder ett särskilt intresse genom den närbild, som den ger. — Hjalmar Ling har med blyerts å hs antecknat en senare tids terminologi. Han har också antecknat: "Detta kan medtagas för att visa mycket af de efterlemnade papperen väl bära spår af att vara grundadt på föredrag eller praktisk öfning. — Tiden för hs:s affattande kan jag ej bestämma..." — Hs är som synes oavslutad. Stilen är mig okänd. Hs lyder:

De rörelser jag undergått för Herr Ling, under 3 à 4 lektioner jag bevistat —

1 *mo* Att ställa sig midt emellan bägge stängerne med ryggen åt dem vänd; samt i denna ställning fatta i dem med bakåtsträckta händer [1], då en medhjelpare håller under ryggen, och den andra förer ut benen, så långt man härdar ut med styf kropp —

2 *dra* Att ställa sig med ryggen åt stegan, samt fatta i den med bakåtsträckta händer [1], då stegan föres ut, så långt man härdar ut med styf kropp. Händerne skiljas längre ifrån hvaran, ju mer färdighet man i rörelsen äger. Dertill hörer, att man, till rörelsens försvårande, lyfter ena benet så högt som möjligt samt ändock förmår hålla sig i samma ställning —

3. Fatta i slänglinan [2] (Den nemligen som går ifrån fyrkanten bredevid häfplankan till häfpinnarna). Med båda händerne, derpå upkasta benet, så att det ena ligger på linan, det andra under, samt gå med händren allt närmare till fötterne, derpå ifrån de sistnämnde, så likväl, att näsan alltid följer åt linan — Äfven till rörelsens försvårande, hoppar man med bägge händerne.

---

[1] Över "händer" står "armar".

[2] Över "släng-" står "vinkel". I hs stå de ord, som jag satt inom parentes, för sig på två rader. Också i 4. står "vinkel" över "släng". Om "vinkellinor", se uppsalaplanen, d. a. IV: 1 sid. 74—75.

4. Fatta i samma slänglina, med ansicktet vändt emot den uppåt gående linan, samt att med ena benet hållande på marken, söka att lyfta det andra uppå linan, dock så att båda benen äro styfva —

5. ställa sig på knä, med föttern spjernade emot uphöjningen på gålfvet, lägga sig derpå baklänges, samt att utan ryggens tillhjelp, blott med lårens, åter lyfta sig upp. Man bör äfven hålla hufvudet framlutadt, all denstund detta hindrar ryggen att bispringa en vid rörelsen; till hvars försvårande man lyfter upp det ena benet i vädret samt ändock med blotta tillhjälpen af ena låret lyfter sig upp.

6. ställa sig på knä, samt sänka ryggen åt gålfvet, åt en af sidorna då man i denna ställning söker att böja sig upp.

7. att hålla armarne i räta vinklar, så att båda armarne till armbågarne gå uti en rät linea, då medhjelparen söker att böja ned dem, så att armbågarne komma att sluta sig till höfterne. En medhjälpare håller bakom i ryggen, så att ryggen ej får böja sig.

8. ställa ena foten på häfpinnen med knäet fast vid den öfre pinnen, samt häfva upp i denna ställning, så att andra benet är i rak linea med öfriga kroppen, och kroppen höjes upp, parallel med stången —

